Mit der Bitte um Besprechung

Viele Grüsse!

Aus dem Institut für Geschichte der Medizin
der Medizinischen Akademie Düsseldorf.
(Direktor: Professor Dr. W. Haberling.)

Die Geschichte der Ernährungstherapie im Altertum.

☼

INAUGURAL-DISSERTATION
zur Erlangung der Würde eines doctor medicinae
durch die Medizinische Fakultät der Westfälischen
Wilhelms-Universität zu Münster
in Gemeinschaft mit der Medizinischen Akademie
in Düsseldorf

vorgelegt von

Maria Dustmann
aus Bielefeld.

1935

Gedruckt in der Dissertationsdruckerei von Robert Kleinert in Quakenbrück.

Gedruckt mit Genehmigung der Medizinischen Akademie in Düsseldorf und der Medizinischen Fakultät der Westfälischen Wilhelms-Universität in Münster.

Prof. Dr. Manteufel
Rektor der Medizinischen
Akademie in Düsseldorf.

Prof. Dr. Klinge
Dekan der Medizinischen
Fakultät Münster.

Prof. Dr. Haberling
1. Berichterstatter.

Prof. Dr. Vogt
2. Berichterstatter.

Inhaltsübersicht.

Einleitung.

Die Geschichte der Ernährungstherapie ist so alt wie die Heilkunst selbst. Wenn heute die diätetische Therapie vor der Arzeneimitteltherapie mehr und mehr in den Vordergrund gerückt wird, so ist die hervorragende Bedeutung der Diät gewiß keine Erscheinung, die erstmalig unserer modernsten Zeit zuzuschreiben ist. Vielmehr ist eine zweckmäßige Ernährung das ursprünglichste Mittel, die Gesundheit des Menschen zu schützen und zu erhalten, Krankheiten zu behandeln und zur Heilung zu bringen. Denn es gehört zu den primitivsten Erfahrungstatsachen, daß der menschliche Körper in hohem Grade durch die Ernährung zu beeinflussen ist. Wird doch heute wie zu allen Zeiten jedem täglich vor Augen geführt, welch lebensnotwendige und ausschlaggebende Rolle die Ernährung für die gesamte, sowie speziell für die körperliche Verfassung des Menschen spielt. Vom primitivsten Menschen angefangen sah die Menschheit von jeher, daß sich alle Lebewesen aus dem zugeführten Material aufbauen und durch dieses sich auch erhalten. Denn fehlte einmal die Ernährungsmöglichkeit für längere Zeit, so beobachtete man, wie zunächst der ganze Organismus erschlaffte, wie sich dann diese und jene Gesundheitsschäden einstellten und schließlich alle Lebensfunktionen derart gestört wurden, daß darauf der Tod erfolgte.

Nichts war naheliegender als das Bestreben, durch geeignete Ernährung das Wohlbefinden des Menschen zu erhalten, bezw. im Krankheitsfalle wiederherzustellen. Daß dieses durch gewisse Nahrungsmittel gesteigert oder erhalten, durch andere wieder herabgesetzt wurde, das hatte die Erfahrung gelehrt. Auch hier gelten die Worte Darwin's: „Der Erfahrung verdanken wir die Auswahl. Erfahrung führte zum Erkennen und Beibehalten, zum Aendern des uns Nützenden. Erfahrung war das einzig fördernde Prinzip in der Geschichte der Ernährungstherapie bis zu der Zeit, wo die Naturwissenschaften ihren Aufschwung nahmen und dadurch neben der Erfahrung auch chemische und physiologische Erkenntnisse die Auswahl unter den Nahrungsmitteln zu prophylaktischen und therapeutischen Zwecken trafen. Daher haben bis zur neuesten Zeit alle Elemente, die die Therapie vom sicheren Boden der Erfahrung drängten, hemmend auf die Entwicklung

und Ausbildung der Ernährungstherapie gewirkt, mochten dies nun, wie in den ältesten Zeiten, religiös-mystische Einflüsse sein, oder, wie später in der griechischen und römischen Antike, starre Dogmen und feste spekulative Vorstellungen. In allen Fällen, wo man vom Natürlichen und Einfachen abwich, wo die Therapie nicht in erster Linie von der primitiven Ueberlegung am Krankenbett bestimmt wurde, übersah man mehr oder weniger die große Bedeutung, die der Ernährung in der Therapie zukommt.

Natürlich sehen wir auch an der Geschichte gerade dieses Zweiges der Heilkunde, wie wesentlich für die Entwickelung der Medizin auch ärztlich-menschliche Qualitäten sind. Wie oft stand den Aerzten nicht das Wohl des Patienten, sondern ihr persönlicher Profit und ihr Ansehen im Vordergrunde! Aus diesen egoistischen Gesichtspunkten heraus machten sie dann die Therapie zu einer Geheimniskrämerei und umhüllten sie mit einem mystisch erscheinenden Mäntelchen. Es ist einleuchtend, daß die Ernährungstherapie dabei erheblich zurückgedrängt wurde, denn sie wäre ja dem Laien einfach und verständlich erschienen, jeder hätte sie ohne Anordnung des Arztes bei sich oder anderen wiederholen können. Die gründlichste Förderung erfuhr die Ernährungstherapie deshalb von ethisch hochstehenden Persönlichkeiten, die, frei von Eigennutz, nur dem Kranken und seiner Gesundung dienten. Auch hier, wie in manchen ärztlichen Dingen, können wir Hippokrates als das klassische Beispiel hinstellen.

Kapitel 1:

Die Ernährung in der vor- und frühgeschichtlichen Medizin.

Mit Hippokrates beginnt auch die Reihe der Aerzte, aus deren Schriften wir in größerem Umfang sichere positive Kenntnisse über die Rolle, die die Ernährung in der alten Heilkunst spielte, gewinnen können. Hippokrates ist auch für dieses Gebiet die erste und zugleich wesentlichste Quelle des Altertums.

In der ganzen vorhippokratischen Zeit, d. h. in der Zeit des primitiven Menschen, in den alten Kulturen der Ostasiaten, Perser, Inder, Aegypter, Juden und in den Anfängen der griechischen Kultur fußt unser Wissen über diesen Zweig der Medizin auf Mutmaßungen und Ableitungen aus Dokumenten verschiedenster Art und auf Schlüssen, die sich aus dem jeweiligen allgemeinen Stand der Medizin, speziell der Therapie, dem Wissen um Krankheitsursache und -verlauf ziehen lassen.

Solange die Heilkunst sich noch auf der ersten, der rein empirischen Stufe, befand, also bei den Urvölkern und in den ersten Anfängen der alten Kulturen, wo sie, ebenso wie bei den heutigen Naturvölkern, ein zufälliges Konglomerat von Einzelerfahrungen darstellte, sind Krankheiten mit allergrößter Wahrscheinlichkeit häufig durch eine als zweckmäßig beobachtete Ernährung beeinflußt und geheilt worden. Denn gerade diese Heilmethode fußt auf einem Heilinstinkt, der in allen naturverbundenen Lebewesen steckt, der z. B. das Tier nützliche und schädliche Nahrung mit großer Sicherheit unterscheiden läßt, der es treibt, bei verdorbenem Magen Gras zu fressen, um dadurch Erbrechen zu erregen, der wie dem Tier auch dem Menschen sagt, daß er bei bestimmten Erkrankungen die Nahrung meiden bzw. einschränken müsse, um zu genesen.

Außerdem hatte der primitive Mensch ein ausgezeichnetes Gedächtnis für Einzelbeobachtungen, sodaß ihm auch hierdurch eine günstige Vorbedingung gegeben war, um eine relativ hohe Vervollkommnung in der Behandlung der Leiden durch eine spezielle Ernährung erlangen zu können. Und tatsächlich muß die früheste Heil-

methode sinnvoll und erfolgreich gewesen sein, denn trotz Mystizismus, Aberglauben und Zauberwesen, die in der weiteren Entwicklung das Heilwesen bei allen Völkern in erstaunlicher Uebereinstimmung beeinflußten und beherrschten, hat sich ein empirischer Kern in der Therapie immer erhalten, obgleich er oft nur schwer aus allem phantastischen Beiwerk herauszufinden ist.

So treten uns hie und da in der alten Medizin Ernährungsvorschriften entgegen, die uns zeigen, daß sich trotz vieler hemmender unmedizinischer Faktoren, die sich in die Heilkunst drängten, der alte Beobachtungstrieb weiterhin auswirkt. Allerdings dienen die uns bekannten Ernährungsvorschriften der alten Völker vorwiegend prophylaktischen und weniger therapeutischen Zwecken. Besonders war dies in den Perioden der Priestermedizin der Fall, als die Gesundheitspflege, wie z. B. bei den alten Aegyptern, ein Teil der Staatsreligion, der Priester der sachkundige Berater und Aufseher des Volkes in gesundheitlicher Beziehung und die Diätetik des täglichen Lebens aufs engste mit Religion, Ethik und dem Staatsleben verbunden war. Gewiß lag diesen Ernährungsvorschriften manche alte Erfahrungstatsache zu Grunde, die der Volksgesundheit diente.

Bei den Ostasiaten, den alten Chinesen und Japanern, finden wir nur weniges, aus dem wir schließen könnten, daß die Ernährung in größerem Umfange im Dienste der Heilkunde stand. Zwar ist anzunehmen, daß in den Anfängen der chinesischen Medizin die Pflanzenkost für die Heilkunde bevorzugt wurde. Heißt es doch von dem halbmythischen Kaiser Shin-nong, dem Vater der chinesischen Heilkunde, daß er gleichzeitig der Begründer der Kultur der fünf Feldfrüchte (Weizen, Reis, Hirse, Gerste und Bohnen) war und durch den Geschmack alle Pflanzen des Reiches in heilkräftige und giftige einteilte[1]).

Doch hören wir später kaum etwas von einer Anwendung der Ernährung zu therapeutischen Zwecken, da die ganze Therapie mehr und mehr von der außerordentlich umfangreichen Arzneimittellehre beherrscht wurde. Dadurch und durch das Einbezogenwerden in das naturphilosophische System der Chinesen bekam die chinesische Medizin etwas Starres, Unreales und rein Spekulatives, was den Boden für die Ausbildung einer realen Ernährungstherapie höchst ungeeignet machte.

Immerhin finden wir hier und da die Anwendung einer bestimmten Diät erwähnt. So soll z. B. für Wöchnerinnen in den ersten drei Tagen nach dem Partus nur Hirse und Reiswasser verordnet worden sein[2]).

---

[1]) Neuburger-Pagel: Handbuch d. Geschichte der Med. Jena, 1902, Bd. 1, S. 21/22.

[2]) Neuburger-Pagel: l. c. Bd. 1, S. 34.

Auch eine bestimmte, unblutige Kastrationsoperation soll mit einer 14 Tage dauernden Diät eingeleitet worden sein[3]).

Ueber die Ernährungstherapie wie überhaupt über die Heilkunst im alten Mesopotamien ist uns ebenfalls nur wenig bekannt. Ueber die Ernährung der alten Sumerer sagt von Oefele[4]): „Grundbedingung der Fortdauer des Lebens ist die Erneuerung des Blutes durch Trinken und vor allem durch Essen. ... Neben der Dattel sind Zwiebel und Lauch (nicht aber Knoblauch!) wichtige Nahrungsmittel, welch erstere nach einem Sprichwort als Diätetikum und Prophylaktikum gegen Leibschmerzen verwendet werden. Gerste ist Brotfrucht und Sesam die Oelfrucht. Der Bier-(Kwaß)genuß war stark verbreitet".

Im übrigen stehen in der Heilkunde der mesopotamischen Völker gemäß dem theurgischen Gepräge und den astrologischen Einflüssen Kultgebräuche, Heilgebete und Beschwörungen, sowie symbolische Handlungen im Vordergrund der Therapie, in denen allerdings oft ein rationeller Kern verborgen ist, zu dem auch ein empirisch gewonnener Heilschatz gehört, wie wir aus der keilschriftlichen, babylonisch-assyrischen Pharmakotherapie kennen lernen. Hier werden Nahrungsmittel bei der Herstellung und Verwendung der Arzneien benutzt. Dattelsyrup und Honig dienen als Geschmackskorrigat. Wasser, Milch, Oel oder Kwass sind Auszugsmittel der Drogen. Für das Einnehmen der Arzneien wird häufig Nüchternheit gefordert.

Aus der Perserzeit wissen wir von prophylaktischer Bedeutung der Ernährung. Hier lehrte der große Reformator Zoroaster[5]), daß man durch diätetische Einwirkung von Jugend an auf die Kräftigung des Körpers und die Gesundung der Organe einwirken müsse.

Der mesopotamischen Medizin weit überlegen war das altindische Heilsystem. Es zeugt von einer außerordentlich hohen Selbständigkeit und kulturellen Höhe, die sich vor allem in einer ausgeprägten Gesundheits- und Körperpflege äußert. Neben einer geregelten Lebensweise und pedantischen Reinlichkeitshygiene wurde die Befolgung von ausgebreiteten nahrungsdiätetischen Vorschriften gefordert.

Die Ernährungsweise der alten Inder war einfach und mäßig. Sie lebten fast nur von vegetabilischen Speisen. Fleisch und gegorene Getränke waren ihnen von ihrem Gesetzgeber Manu verboten. Getreide, Milch, Reis, Baumfrüchte und Kräuter bildeten eine der Gesundheit zuträgliche Nahrung, durch die manche Krankheit verhütet wurde. Sauberkeit beim Speisen und Mundwaschungen erhöhten die prophy-

---

[3]) Neuburger-Pagel: l. c. Bd. 1, S. 31.
[4]) v. Neuburger-Pagel: l. c. Bd. 1, S. 60/61.
[5]) Marcuse: Diätetik im Altertum, Stuttgart 1899, S. 3.

laktische Wirkung der Speisen. Die Art und Weise der Nahrungsaufnahme, das Mengenverhältnis von festen und flüssigen Speisen, die Reihenfolge der Speisen, alles war genau vorgeschrieben. „Ein Durstiger sollte vor dem Essen seinen Durst löschen und ein Hungriger sollte vor dem Trinken etwas feste Nahrung zu sich nehmen. Wer das erste nicht befolgt, bekommt Tumoren, im zweiten Falle Hydrops“[6]).

Diesem hohen Stand der altindischen Gesundheitspflege entspricht das gesamte Heilsystem im alten Indien, das tatsächlich ein **vorwiegend diätetisches** war. Nahrungsdiätetische Vorschriften waren für therapeutische Maßnahmen unentbehrlich. In einer aufschlußreichen Notiz, die ein gewisser Megasthenes auf seiner Reise durch Indien, etwa 300—288 v. Chr., gemacht hat, heißt es von den indischen Aerzten[7]): „Die Heilung der Krankheiten führen sie in der Regel durch geeignete Speisen, nicht durch Arzneien herbei“. Eine hohe, fast hippokratische Einstellung, die der diätetischen Krankheitsheilung gewiß breiten Raum gegeben hat, zeigt der folgende Satz jener Notiz: „Unter den Heilmitteln schätzen sie am meisten Umschläge und Einreibungen, weil andere von schädlichen Wirkungen nicht frei seien“.

Auf das Nahrungsverlangen der Kranken wurde weitgehend Rücksicht genommen, selbst über das religiöse Nahrungsritual hinaus. Allerdings waren die Verordnungen unter Umständen auch so streng, daß der Patient 3—4 Tage lang weder Speise noch Trank zu sich nehmen durfte[8]). ‚Medizinmänner“, d. h. Männer mit erleuchtetem Geist, prüften Geschmack, Eigentümlichkeiten und Kräfte aller heilbringenden Pflanzen. Der Knoblauch, der in den Vedas, den heiligen Schriften, ebenso wie Lauch, Zwiebeln und Pilze verboten war, wurde später gegen alle möglichen Uebel gepriesen und galt als lebensverlängernd. In der Geburtshilfe spielten die Nahrungsvorschriften auch eine große Rolle. I. Bloch schreibt hierüber: „Das Kind bekommt am ersten Tage Honig mit flüssiger Butter, am 2. und 3. Tage eine Handvoll Muttermilch mit Honig und Butter, dann die Mutterbrust. Ammen sind sehr gebräuchlich, müssen diätetisch leben, schwere Speisen vermeiden“[9]).

Ebenso wie im alten Indien finden wir auch bei den Aegyptern die Erkenntnis, man könne leichter Krankheiten verhüten als heilen, durch eine allgemein durchgeführte, hervorragende Hygiene und Gesundheitspflege in die Praxis umgesetzt.

In Form religiöser Gebote forderten die Priesterärzte vom Volk Reinhaltung von Wohnung, Kleidung und Körper, eine streng gehand-

---

[6]) Neuburger-Pagel: l. c. Bd. 1, S. 142.
[7]) Neuburger-Pagel: l. c., Bd. 1, S. 125.
[8]) Marcuse: l. c. S. 3.
[9]) I. Bloch: Neuburger-Pagel: l. c. Bd. 1, S. 151.

habte Fleischbeschau und genaue Beachtung der Ernährungsvorschriften. Ein geheiligtes prophylaktisches Rituell hing über dem ägyptischen Reich. Mit bewundernswertem Weitblick in gesundheitlichen Dingen wurde von den Priestern Mäßigkeit in Speise und Trank gepredigt, eine zweckmäßige Auswahl der Speisen getroffen und vorgeschrieben. Sie forderten zeitweise oder absolute Enthaltung von gewissen Speisen. Untersagt war das Fleisch der Ziege und des Schweines und das aus dem Meere gewonnene Salz. Bohnen galten als unrein. Eine 40tägige Fastenzeit mit weitgehendem Verzicht auf Nahrung und berauschende Getränke mußte innegehalten werden. Auch dem Gesunden wurde empfohlen, in gewissen Zwischenräumen seinen Körper durch Brech- und Abführmittel zu entleeren.

Auch bei den alten Aegyptern hatte die Ernährung mehr prophylaktische als therapeutische Bedeutung. Werfen wir einen Blick auf die Therapie der ägyptischen Medizin, so sehen wir, daß sie von kompliziert zusammengesetzten Arzneien beherrscht wurde, vor allem von Brech- und Abführmitteln, die entsprechend der Humoraltheorie die schlechten Säfte entfernen sollten. Alle Verordnungen und Rezepte wurden in religiös-kultischer Fassung gegeben und blieben, in den Tempeln gehütet, das Geheimnis der Priester. Eine rationelle Ernährungstherapie paßte nicht in solch einen mystischen Rahmen, der durch traditionelle Gebräuche festgefügt war und für rein vernunftmäßige Behandlungsmethoden keinen Raum hatte. Es bedurfte erst eines anders gearteten freieren Geistes, um diese Hemmungen zu überwinden und dadurch die Medizin auf eine höhere Stufe zu heben. Diesen Geist besaß das Volk der Griechen. Hippokrates sagt einmal von den alten Aerzten[10]): „Diese haben als Deckmantel ihrer Unzulänglichkeit den göttlichen Ursprung angegeben und sagen, ihre sonderbaren Verordnungen seien von Gott eingesetzt“.

Doch bevor wir auf die griechische Medizin eingehen, müssen wir uns noch mit den jüdischen prophylaktischen Ernährungsvorschriften befassen. Eine eigentlich jüdische Medizin gibt es allerdings nicht. Bibel und Talmud geben uns aber ein klares Bild von der jüdischen Gesundheitspflege, d. h. wir finden ärztliche Dinge hier insoweit behandelt, als sie dem Gesetz unterstellt waren.

Die Aehnlichkeit der jüdischen Vorschriften mit ägyptischen Einrichtungen ist offensichtlich. Moses hat sie den Sitten der Juden angepaßt. Welche Gesetze aus hygienisch-prophylaktischen und welche aus kulturellen und religiös-ethischen Gründen gegeben wurden, läßt sich heute nicht mehr ganz zuverlässig entscheiden. Aber welcher Art

---

[10]) Baisette: Leben und Lehre des Hippokrates, Stuttgart-Leipzig, 1932, S. 191.

die Gründe auch gewesen sein mögen, die strikte Befolgung dieser Gesetze hatte auf die Gesundheit des Volkes jedenfalls den heilsamsten Einfluß. Die zahlreichen Speisevorschriften, die milde und saftreiche Nahrung vorschrieben, bildeten einen Schutz gegen die in heißen Gegenden häufig vorkommenden Hautkrankheiten. Sie scheinen vorwiegend durch Erfahrung bestimmt gewesen zu sein. Was einer Ansteckung verdächtig, wurde nicht gegessen. Den Genuß des Schweinefleisches verbot Moses mit Berücksichtigung der klimatischen Verhältnisse Palästinas. Zu den „unreinen Tieren" gehörten außer dem Schwein alle Tiere, die von Parasiten heimgesucht werden können, z. B. Reptilien und Vögel, die von Aas leben. Der Genuß tierischen Blutes war verboten. Ebenso der des Fettes, das die Abdominalorgane umgibt, denn gerade dieses Fett enthält ja die Lymphganglien, die oft Parasiten bergen. Kein Tier, bei dem sich Verletzungen oder sonstige abnorme Zustände an inneren Organen befinden, durfte gegessen werden. Jedes Schlachttier mußte durch eine Fleischbeschau auf solche Zustände hin untersucht werden.

Spezielle Ernährungsvorschriften bringt auch der Talmud. I. Preuß berichtet darüber[11]): „Außerordentlich zahlreich sind die meist in Form von Aphorismen durch den ganzen Talmud zerstreut vorkommenden diätetischen Regeln. Obenan steht die Warnung vor plötzlicher Aenderung der Lebensweise, denn sie führt leicht zu choli meajim, den im Orient so gefürchteten Darmkrankheiten. Von gleicher Wichtigkeit ist die Mäßigkeit. Das Leid der Schlaflosigkeit, der Uebelkeit, der Bauchschmerzen ist bei den Unmäßigen, lehrte schon Ben Sira: „und von der Mahlzeit, die dir gut schmeckt, zieh deine Hand bei Zeiten weg", mahnte R. Rochanan. Laufen, Sitzen, Stehen soll man gleichmäßig einteilen. Wer ißt ohne zu trinken, bekommt Verdaungsstörungen; man vermeidet sie daher, wenn man sein Essen in Wasser schwimmen macht. Wichtig ist ein kräftiger Morgenimbiß und wenn möglich, der tägliche Genuß von frischem Gemüse oder Kompott. Kinder soll man nicht an Fleisch und Wein gewöhnen. Leichte Speisen braucht der Mensch, wenn er zur Welt kommt und wenn er sich anschickt, sie zu verlassen. — Selbst bei unheilbar Kranken verlangt die Humanität, daß der Arzt ihnen bestimmte Diätvorschriften gebe. Man soll bedenken, daß der Gesunde ißt, was er gerade hat, der Kranke aber allerlei Leckerbissen verlangt".

---

[11]) Neuburger-Pagel: l. c. Bd. 1, S. 117.

Kapitel 2:

Die Entwicklung der Ernährungstheorie in der vorhippokratischen griechischen Medizin.

Während bei allen bisherigen Völkern, bei den Ostasiaten und Orientalen, das Heilwesen sich immer nur bis zu einer gewissen Höhe entwickelte, hat sich die griechische Heilkunst mit erstaunlicher Selbständigkeit zu einer nie dagewesenen und lange Zeit nicht wieder erreichten Entwickelungsstufe aufgeschwungen. Der Grieche mit seinem einerseits kritisch-nüchternen und andererseits schöpferisch-gestaltenden Geist verstand es, in den entscheidenden Momenten der Entwickelung die Heilkunst vor einer hemmenden Verquickung mit dem Religiösen und mit der Priesterschaft zu bewahren und ermöglichte damit erstmalig eine freie Ausgestaltung der Heilkunde zu einer Heilwissenschaft. Da religiöse Vorstellungen nie einen so starken Einfluß auf das Leben und Fühlen der Griechen ausgeübt haben wie bei anderen Völkern, konnten Vernunft und naturhaftes Empfinden sich frei entwickeln und wie den Wissenschaften und bildenden Künsten, so auch der Heilkunst ihr besonderes Gepräge geben.

Da sich auch die Therapie frei und naturnahe, auf dem Boden nüchterner Beobachtung entwickelte, war es naturbedingt, daß der Ernährung des kranken Menschen ein bedeutender Platz eingeräumt wurde. Auch den theoretischen Anschauungen über Krankheitsursachen und -entstehung entsprang eine weitgehende Beachtung der Ernährungstherapie. Der krankhafte Prozeß wurde an eine Veränderung der Körpersäfte geknüpft. Da diese, die Träger des Lebens, aus den zugeführten Nahrungsstoffen entstehen und erhalten werden, so bedeutet es nur einen kleinen Schritt im Denken der alten Aerzte, die gestörten „humores“ durch eine zweckmäßige Ernährung zu beeinflussen und zum normalen Zustand zu bringen.

So wird uns die Entwicklung der diätetischen Therapie im klassischen Griechenland deutlich die Gründlichkeit und Selbständigkeit der griechischen Heilkunst vor Augen führen, Eigenschaften, durch die die griechische turmhoch alle zeitgenössische Medizin überragte und wie

die gesamte hellenische Kultur bis in die heutige Zeit lebendig nachwirkt.

Die Medizin bei den Griechen durchläuft, genau wie bei anderen Völkern, eine Stufenreihe von Entwickelungsstadien, bis sie zu ihrer höchsten Entfaltung gelangt. Auch in den Anfängen der griechischen Geschichte begann sie auf dem Boden einer einfachen, aber gesunden Empirie. Durch Homer erfahren wir, wenn auch nur andeutungsweise, etwas von der primitiven griechischen Heilkunst. Allerdings erzählt er vorwiegend von chirurgischer Hilfe bei Verwundeten. Doch hören wir auch von der Darreichung stärkender Tränke an Verletzte und Erkrankte. So wird als Heilnahrung eine Mischung verordnet[12]), die aus Mehl und Ziegenkäseschabsel in pramischem Weine besteht, ein Zeichen für das primitive Bestreben, dem Erkrankten durch eine zweckmäßige Ernährung wohlzutun und Genesung zu bringen.

Die nächste Entwicklungsperiode der Heilkunst wird auch bei den Griechen dadurch gekennzeichnet, daß sich mystische Ideen und Gebräuche einschleichen. Es entwickelt sich die Tempelmedizin in den Kultstätten des Asklepios. Aber die alte empirische Medizin hat sich bei den Griechen nie überwuchern lassen. Sie ging ihren ruhigen Gang weiter und bildete wohl vorwiegend den Kern in den Verordnungen, die die Priester auf den Tempelschlaf des Patienten hin gaben. Er wurde mit irgendeinem religiösen Mäntelchen umkleidet. Neben Aderlaß, Brech- und Abführmitteln, Bädern, Luftveränderung und Bewegung bildeten Vorschriften über die Ernährung des Kranken den Kern solcher Verordnungen. Sie gehörten zu den rationellen Maßnahmen, die die Priester angeblich auf den Rat des Gottes verordneten.

Später suchte die Priesterschaft einen immer engeren Anschluß an die rationelle Medizin. Dadurch und besonders durch den Einfluß der Naturphilosophen wurde der Grundstein für die Entwickelung der Naturwissenschaften gelegt, auf deren Boden sich eine Medizin entwickeln konnte, die frei von hemmendem, übernatürlichem Beiwerk war. Medizin und Naturphilosophie durchdrangen sich gegenseitig. Die Naturphilosophen erforschten die Lebensvorgänge. Die Medizin wertete ihre Ergebnisse praktisch aus und verhinderte durch ihren Einfluß, daß die Philosophen sich zu sehr im abstrakt Theoretischen verloren. Diese knüpften daher meist an Erfahrungstatsachen an und waren sogar zum Teil selbst Aerzte, wie z. B. die meisten Pythagoräer. Pythagoras selbst war in der Behandlung der Kranken sehr erfahren und legte den Schwerpunkt der Therapie in eine richtige Ernährung. Er hat wesentlich dazu beigetragen, den Sinn für Heilkunde und Diätetik bei den Griechen zu wecken. Er besaß Kenntnis von der

[12]) Ilias: Buch 11, V. 638/641.

Heilwirkung der Pflanzen und empfahl eine reine, gesunde Lebensweise. Er forderte Mäßigkeit im Essen und Trinken und eingeschränkten Fleischgenuß. Bohnen hielt er wegen ihrer blähenden Wirkung für schädlich. Dagegen hielt er den Genuß von Meerzwiebeln, besonders deren Essig, Kohl, Anis (z. B. beim Skorpionenbiß, Epilepsie) und Senf für gesund. Er hielt zuviel oder zuwenig Nahrung für eine unterstützende Ursache der Krankheitsentstehung[13]). Alkmaeon von Kroton[14]), ein Philosoph, der selbst Arzt war, erklärte diese durch eine falsche Mischung der Körperelemente und ihrer Qualitäten: des feuchten, trockenen, kalten, warmen, bitteren, süßen usw. Elementes. Auch Demokrit, Anaxagoras[15]) und die übrigen Philosophen befaßten sich mit Krankheitsentstehung, -heilung und -verhütung und haben die Medizin mit ihren Ideen nachhaltig beeinflußt. Vereinzelt wurden die Krankheiten direkt durch Nahrungsüberschuß erklärt, aus dem saure und bittere Säfte entstehen, die je nach der Körperstelle, auf die sie wirken, verschiedene Leiden hervorrufen. Aus dieser Anschauung ergab sich natürlich unmittelbar die Behandlung des Kranken durch eine bestimmte Ernährung.

Auch die **Gymnasten**[16]), d. h. das nicht ärztliche Heilpersonal in den Körperschulen der Griechen, betätigten sich im Sinne einer natürlichen Krankheitsauffassung. Ihnen lag es ob, bei Katarrhen, Wassersucht, Schwindsucht, Epilepsie usw. neben Massage eine richtige Diät zu verordnen. Den Athleten gaben sie strenge Lebensregeln. Sie mußten je nach Bedarf durch entsprechende Ernährung prophylaktisch oder therapeutisch auf ihre Körperverfassung einwirken. Die richtige Körperfülle mußten sie durch Hungerkuren erhalten. Andererseits wurde aber auch unter Umständen eine kräftige Fleisch- und Hülsenfruchtnahrung zur Steigerung der Körperkräfte verordnet.

---

[13]) Neuburger-Pagel: l. c. Bd. 1, S. 172.
[14]) Diepgen: Gesch. d. Med. Berlin-Leipzig, 1923, S. 55.
[15]) Neuburger-Pagel: l. c. Bd. 1, S. 173/178.
[16]) Neuburger-Pagel: l. c. Bd. 1, S. 186.

Kapitel 3:

Die Ernährung in der hippokratischen Medizin.

Die bisherige Entwickelung der griechischen Medizin zeigt uns, wie gründlich und vielseitig der Boden vorbereitet war für das Wirken des größten Arztes des Altertums, für den Vertreter des klassischen Griechentums auf medizinischem Gebiet, für Hippokrates. Er, dessen Leben und Schaffen in die Epoche der höchsten politischen und künstlerisch-wissenschaftlichen Entwickelung Griechenlands fällt, hat die Medizin zur höchsten und schönsten Blüte geführt und reiht sich damit würdig ein in die Reihen der großen Zeitgenossen. Er ist wie Perikles, Euripides, Phidias und Sokrates unsterblich geworden durch seinen genialen und schöpferischen Geist. Aber daß uns dieser Geist bis heute lebendig geblieben ist, daß wir bei dem Namen Hippokrates den Prototyp eines Arztes vor Augen haben, das verdanken wir seiner Persönlichkeit, die stark, umfassend und voll hoher Ethik, seiner Medizin ein eigenes, wahrhaft ärztliches Gepräge gibt. „Wir wissen im zwanzigsten Jahrhundert sehr viel mehr, als Hippokrates und seine Schule wußte. Und doch fühlen wir stärker und stärker, daß wir den „Alten“ nicht erreicht, geschweige denn überholt haben. Wissen allein macht nicht den guten Arzt, auch nicht technisches Können. Es muß hinzukommen die Liebe, der Drang, kranken Menschen zu helfen“ (Erwin Liek)[17].

Wie der große Koer der Vater der Medizin geworden ist, so kann man ihn auch als Vater der Diät bezeichnen. Er ist es, der sie zum integrierenden Teil der Heilkunde gemacht hat. Er begründete sie als besondere Disziplin dadurch, daß er sie methodisch ausbildete und wissenschaftlich vertiefte. In seiner Schrift „Ueber die Diät bei akuten Krankheiten“ haben wir zum ersten Male ein regelrechtes, kleines Handbuch der Ernährungstherapie, das seinen Wert bis auf den heutigen Tag erhalten hat, wenn auch unsere Anschauungen über die Wirkungsweise der veränderten Ernährung ganz andere geworden sind. Aber daß er den Wert der Ernährung des Kranken und

---

17) Baissette: Einleitung.

ihre große Bedeutung zu therapeutischen Zwecken so klar erkannt, wissenschaftlich formuliert und uns allgemeine Richtlinien für dieses Gebiet gegeben hat, das bleibt sein unsterbliches Verdienst. Er sagt[18]: „Die Diät vermag Großes, nämlich bei allen Kranken, daß sie gesund werden, bei den Gesunden, daß ihre Gesundheit erhalten bleibt, bei denen, welche körperliche Uebungen anstellen, daß ihre Körper in guter Verfassung ist und was man sonst noch wünschen mag".

Auch im Eid des Hippokrates ist der Diät ein Platz eingeräumt, indem es heißt: „Diätetische Maßnahmen werde ich treffen zu Nutz und Frommen der Kranken nach meinem Vermögen und Verständnisse"[19].

Die verschiedensten Wege führten Hippokrates dazu, der Ernährung des erkrankten Organismus große Bedeutung beizulegen. Schon die Stellung, die die Ernährung in der Biologie und Physiologie des gesunden Menschen einnahm, führte zwangsmäßig zu einer weitgehenden Beachtung aller Ernährungsfragen.

Trotz mangelhafter Ausbildung der sonstigen Physiologie in den hippokratischen Schriften ist die Ernährungslehre relativ deutlich. Sie hat einen unmittelbaren Anteil an der hippokratischen Humoralpathologie. Dieser zufolge entstehen die 4 Cardinalsäfte, Blut, Schleim, schwarze und gelbe Galle, durch Zerlegung der aufgenommenen Nahrung. Diese wird im Magen-Darm-Kanal durch die Körperwärme gekocht, aufgelöst, den Säften angepaßt und als solche zum Aufbau und Stoffersatz verwendet. Die einzelnen Organe eignen sich nach dem Gesetz der Wahlanziehung aus den so verflüssigten und zerlegten Nahrungsmitteln dasjenige an, was ihnen notwendig ist.

Daher ist es Pflicht des Arztes, so sagt Hippokrates[20], sich eingehend mit der Natur und Wirkungsweise der einzelnen Speisen zu befassen. „Wer über die Lebensweise des Menschen richtig urteilen will, der muß vor allem die Natur des gesamten Menschen kennenzulernen suchen, und zwar wie sie von Anfang an war und wie sie sich im Laufe der Entwickelung verändert hat. Ferner die Natur aller Speisen und Getränke, aus denen eine richtige Nahrung besteht und welche Wirkung jedes einzelne Nahrungsmittel von Natur aus oder durch äußere Notwendigkeit und menschliche Kunst auszuüben imstande ist".

Im Bewußtsein seiner ärztlichen Verantwortung gibt er sich hierbei nicht einer theoretischen Spekulation hin, sondern geht den Weg, der

---

18) Hippokrates: übersetzt v. Dr. Rob. Fuchs, 3. Bd., München 1895, 1897, 1900, Bd. 3, S. 4, Kap. IX! Die Diät bei akuten Krankheiten.

19) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 2, „Der Eid".

20) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 287, „Die Diät I", Kap. II.

ihn allein zu sicheren und brauchbaren Resultaten führen kann, den Weg der Erfahrung und Beobachtung[21]). Denn da in der damaligen Zeit die chemisch-physiologische Basis fehlte, um die Nahrungsmittel in ihre Bestandteile zu zerlegen und ihre Nährwerte bestimmen zu können, blieb für Hippokrates die oben genannte Methode, durch die er in der Behandlung am Krankenbett die größten Erfolge hatte, und die heute wie früher ihre überragende Bedeutung als Grundlage für das ärztliche Wissen und für die Entwicklung der Heilkunst behalten hat.

So klassifiziert Hippokrates die Speisen und Getränke nach ihren verschiedenen Beziehungen zum Körper, wie er sie beobachtet hat, nach dem Grade ihrer Verdaulichkeit, nach ihrer inneren Kraft, nach der Beschaffenheit ihrer Säfte und dergl. mehr.

Ueber Nährwert und Bekömmlichkeit der damals üblichen Nahrungsmittel erfahren wir in den hippokratischen Schriften folgendes:

Es werden leichte und schwere Speisen unterschieden. Leichte Speisen werden schnell verdaut und ausgeschieden. Schwere Speisen erzeugen Völle im Bauch, ihr Nährsaft ist kräftig, sie bewirken Zunahme an Kraft und Körpergewicht. Zu den leichten Nahrungsmitteln gehören: Wildbret, Fische, Geflügel, Gemüse und Obst. Zu den schweren, nährenden Speisen werden gerechnet: das Fleisch der vierfüßigen Haustiere, Hülsenfrüchte, Getreide, besonders Weizen, und zwar ist Weizenbrot umso kräftiger, je hülsenfreier es ist.

Es müssen aber nach Hippokrates' Ansicht bei den Speisen noch verschiedene andere Dinge berücksichtigt werden[22]). Bei Fleisch z. B. ist das Alter der Tiere wichtig. Fleisch von unausgewachsenen Tieren hat weniger Nährwert als das von ausgewachsenen. Bei Getreide ist es wesentlich, wo es gewachsen ist. Die Pflanzen der Anhöhen sind kräftiger und wirksamer als die wässerigen Vegetationen. Auch Klima und Boden sind bedeutsam für die Bekömmlichkeit der Nahrungsmittel. Schwer verdaulich sind ferner stark gesalzene, sehr süße oder fette Speisen, sowie Brühen, gegorenes Brot und alle Speisen mit blähender Wirkung. Fleisch ist um so bekömmlicher, je besser es durchgebraten oder -gekocht ist. Fettes ist nährender als mageres Fleisch, deshalb wird bei Anstrengungen Schweinefleisch empfohlen. Alles Frische kräftigt mehr als Gesalzenes; Gekochtes ist besser als Gebratenes.

Hippokrates empfiehlt auch sehr eine **Anpassung der Ernährung an die Jahreszeiten**, anderseits die verschiedensten Gesund-

---

[21]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 22, „Die alte Medizin", Kap. IV. S. 317, „Die Diät II", Kap. III.

[22]) Marcuse: l. c. S. 42.

heitsschäden entstehen könnten[23]). „Denn zugleich mit den Jahreszeiten ändern sich bei den Menschen auch die Verdauung und die Krankheiten". Im Winter soll man sich durch reichliches und kräftiges Essen gegen die Kälte schützen, und dabei nur wenig und konzentriert trinken. Im Frühling ist es ratsam, allmählich zu milderer Kost überzugehen und die Getränke mehr in den Vordergrund der Ernährung zu rücken. Der Feuchtigkeit entziehenden Hitze des Sommers widersteht man am besten, indem man von weichem, ungesäuertem Brot und gekochtem Gemüse lebt und dazu verwässerte Getränke in großer Menge zu sich nimmt. Im Herbst soll man das Quantum der Speisen wieder allmählich steigern und weniger trinken.

Auch Körperkonstitution und Lebensalter habe man in der Ernährung zu berücksichtigen[24]). Hippokrates sagt: „Mit Rücksicht auf die Natur des Menschen, sein Alter, seine Gestalt, die Jahreszeit und die Art der Erkrankung hat man die Behandlung einzurichten". Für Wohlbeleibte, für die Rotblonden, sowie für alte Individuen sei trockene Diät geeignet, während hagere, kleine und auch junge Menschen mehr feuchte Nahrung zu sich nehmen sollten.

Nachdrücklich weist Hippokrates auf die Beziehungen zwischen Ernährung und Arbeit hin[25]). „Denn die Speisen und die körperlichen Uebungen haben eine einander entgegengesetzte Wirkung, und sie unterstützen sich gegenseitig zum Zwecke der Gesundheit, haben doch die Uebungen von Natur den Beruf, das Vorhandene aufzuzehren, die Speisen und Getränke hingegen den, das Leergewordene auszufüllen. — Der Mensch, welcher ißt, kann nicht gesund sein, wenn er nicht auch Leibesübungen pflegt". Und: „Körperliche Anstrengungen sollen der Nahrungsaufnahme vorangehen"[26]). Daher müßten die Beziehungen von Speisen und Kraftleistungen genau festgestellt werden, um durch Vermehrung bzw. Verminderung von Speisen oder körperlichen Uebungen die Gesundheit zu bewahren. Z. B. muß die Nahrungszufuhr beim Uebergang von strenger Arbeit zur Ruhe eingeschränkt werden, um das Wohlbefinden des Körpers zu erhalten. Entsprechendes gilt für den umgekehrten Fall.

Alle diese Erkenntnisse über die Nahrung des Menschen, dienten Hippokrates zu einer breit und umfassend aufgebauten Pro-

---

[23]) Hippokrates, l. c. Bd. 1, S. 377, „Ueber Luft, Wasser und Oertlichkeit", Kap. II.

[24]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 203, „Die Natur des Menschen", Kap. X.

[25]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 287, „Die Diät I", Kap. II.

[26]) Hippokrates: l. c. Bd. 2, S. 272, „Die epidemischen Krankheiten VI, 4", Kap. XXIII.

phylaxe, in der eine gesundheitserhaltende Ernährung die Hauptrolle spielte. Anweisungen über eine krankheitsverhütende Lebensweise finden wir in allen seinen Schriften. Die Prophylaxe ist ihm ein der Therapie gleichwertiges Gebiet, das Hand in Hand mit den Gesetzen der Heilkunde zu gehen hat. Hippokrates stellt dar, wie sich die Ernährung nach den Faktoren, von denen die Gesundheit abhängig ist, zu richten habe. Er traut auch hier wieder vor allem seiner Erfahrung. Er hat beobachtet, daß der Mensch im innigsten Zusammenhang mit dem Makrokosmos steht, daß er vom Klima, von den Jahreszeiten, vom Ort, Wasser und den Winden beeinflußt wird. Er sah, daß Menschen, die in rauhem Klima leben, viel essen, kräftig und säftearm sind, von mehr galligem als phlegmatischem Temperament, daß der Mensch dagegen bei weicher und milder Luft mäßig ißt und vegetarisch lebt. Auch das Wasser sei seiner Erfahrung nach wichtig für die Gesundheit des Menschen. Quellwasser sei am bekömmlichsten, stehendes Wasser mache schleimig und heiser. Vor allem Sumpfwasser sei sehr schädlich und erzeuge mancherlei Schädigungen: Milzschwellung, Schmächtigkeit des Wuchses und Hydrops[27]).

Wie in der Therapie, so fordert Hippokrates auch für die Prophylaxe, daß der Gewohnheit des Menschen weitgehend Rechnung zu tragen sei und gerade durch Abweichung von der gewohnten Ernährung könnten Krankheiten zustande kommen. „Denn wenn der Betreffende seine Lebensgewohnheiten plötzlich ändert, besteht die Gefahr, es möchte infolge der Veränderung irgendeine neue Erscheinung im Körper auftreten"[28]). Denn „was man schon lange Zeit gewöhnt ist, pflegt, auch wenn es weniger gut ist, weniger beschwerlich zu fallen als das, was man nicht gewöhnt ist"[29]). Zu viel oder zu wenig Nahrung, Nahrung zu ungewohnter Zeit oder Weglassen der Nahrung zu gewohnter Zeit könne schon Krankheit erzeugen. So führt Hippokrates aus[30]), es gäbe Leute, denen es zuträglich wäre, zwei Hauptmahlzeiten, Frühstück und Abendessen einzunehmen und die dementsprechend sich an diese zwei Hauptmahlzeiten gewöhnt hätten. Andererseits gäbe es Leute, die nur eine Hauptmahlzeit zu sich zu nehmen gewohnt seien. Manche Menschen, die in der Regel frühstückten, könnten den Wegfall dieser Mahlzeit absolut nicht vertragen. Sie bekämen Uebelkeiten, Schwächezustände, sobald die Frühstückszeit vorbei sei, zu der sie gewöhnlich

---

[27]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 381 u. 382, „Ueber Luft, Wasser und Oertlichkeit", Kap. VII.

[28]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 203, „Die Natur des Menschen", Kap. X.

[29]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 83, „Die Aphorismen", II, 50.

[30]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 26, u. Bd. 3, S. 13/14, „Die alte Medizin", Kap. X, „Die Diät bei akuten Krankheiten", Kap. XXIX—XXXV.

etwas zu sich nähmen. Das üble Befinden könne sich bis zur Hauptmahlzeit fortsetzen, sodaß sie bei dieser nicht einmal das zu sich nehmen könnten, was sie gewöhnlich zum Frühstück äßen. Wiederholt habe er an solche Unregelmäßigkeit des Essens sich Krankheiten anschließen sehen. — Es kann umgekehrt auch schädlich sein, wenn einer frühstückt, der an diese Mahlzeit nicht gewöhnt ist. — Wenn schon ein Zuviel oder ein Zuwenig an Nahrung Krankheiten veranlassen kann, so kann es unzweckmäßige Nahrung natürlich in noch viel höherem Grade.

So gründlich betrieb Hippokrates die Durchdringung der Ernährungsfragen und die Beobachtung der Wirkungsweise der Speisen, und so klar ist seine Erkenntnis von ihrer Bedeutung für den Gesunden und kranken Menschen, daß er in seiner ärztlichen Betätigung die Diät zum unentbehrlichen Heilmittel, zum festen Bestandteil seiner Therapie macht.

In der Ernährungstherapie sehen wir Hippokrates' hohe Auffassung und seine ärztlichen Grundsätze verwirklicht. Durch die Art und Weise ihrer Anwendung führt er uns immer wieder den Grundgedanken der Heilkunst vor Augen, daß das Hauptziel die Behandlung des kranken Menschen sei. Oberstes Prinzip in der Therapie war ihm[31]) „zu nützen oder (wenigstens) nicht zu schaden". Mit der Ernährungstherapie stand ihm eine vorsichtige, alle Schädigung vermeidende Behandlung zur Verfügung. Was konnte ihn in einer Zeit der unzulänglichen Kenntnis vom Wesen der Krankheit, von der Wirkung der Arzneimittel, von Anatomie und Physiologie am Krankenbett sicherer zum Erfolge führen als diese auf dem Boden der Empirie aufgebaute und zur Wissenschaft vertiefte Therapie, die sich innerhalb der Grenzen des erreichbar Möglichen weise beschränkte, nie ein theoretisches Schema, sondern nur die Individualität des Patienten berücksichtigte! Wie vorsichtig ist er bei fiebernden Kranken, besonders im Anfang, solange der Verlauf nicht klar erscheint! Seine Therapie begnügt sich mit einer leichten, aber die Kräfte des Patienten möglichst aufrecht erhaltenden Krankenkost. Dabei warnt er vor jeder überflüssigen Medikation.

Er wollte ja nur die Naturheilkraft, die Physis unterstützen. Das war ein anderer Leitsatz seiner Therapie und es verrät sich darin seine hohe ärztliche Weisheit. Medizin bedeutet für Hippokrates die Kunst, die heilsamen Verfahren der Natur nachzuahmen[32]). „Die Naturen sind der Krankheiten Aerzte. — Die Natur findet von selbst die Bahn, nicht infolge von Ueberlegung"[33]). Natur ist ihm eine wirkende

---

[31]) Hippokrates: l. c. Bd. 2, S. 108, „Die epidemischen Krankheiten I", Kap. XI.
[32]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 441, „Die Winde", Kap. I.
[33]) Hippokrates: l. c. Bd. 2, S. 273, „Die epidemischen Krankheiten VI, 5", Kap. I.

und gütige Gewalt, die man nicht ändern oder unterdrücken, sondern nur unterstützen soll. Und womit könnte er das besser als mit Speise und Trank, die er dem Kranken zuführt! Dabei warnt er vor jeder zuweit gehenden Entziehung der Nahrungsmittel und vor zu reichlicher Ernährung. Denn: „Jedes Viel ist der Natur feindlich. Das Allmähliche hingegen ist gefahrlos“[34]), sagt er mit feinem ärztlichen Instinkt.

Eng und sinnvoll ist der **Zusammenhang zwischen hippokratischer Therapie und Krankheitsauffassung.** Das, was eine Krankheit bewirkt, wirkt nicht in diesem oder jenem Organ, sondern ist eine Störung des ganzen Organismus, „morbus totius substantiae“, ein einziges Ganzes, ein einziges Verwobensein“[35]). In seinen Büchern beschrieb Hippokrates nicht Einzelsymptome, sondern die ganze Krankengeschichte. Und dementsprechend behandelte er nicht Einzelerscheinungen, sondern hatte bei seiner Behandlung immer den ganzen Organismus im Auge, den er durch die gesamte Lebensweise, speziell durch eine zweckmäßige Diät beeinflussen und zur Gesundung bringen wollte. „Mir aber scheint es angemessen, den Blick auf die ganze Kunst zu richten“[36]). Die Krankheit war ein funktioneller Vorgang und mußte durch Einwirkung auf alle Funktionen geheilt werden. Hierdurch fand die Medizin zum ersten Male eine wirkliche Einheit und die Ernährung des Kranken hatte eine große Aufgabe und einen tiefen Sinn bekommen.

Nur dann kann eine diätetische Behandlung von Erfolg gekrönt sein, so setzt Hippokrates auseinander[37]), wenn sie aus einer kombinierten Berücksichtigung von Krankheit und Patient resultiert. „Man muß auch Rücksicht nehmen auf die Kräfte, die Art der Erkrankung eines jeden Einzelnen, die Körperbeschaffenheit des Menschen und die Lebensgewohnheiten des Patienten, nicht allein hinsichtlich der Speisen, sondern auch hinsichtlich der Getränke“. Die Therapie muß frei sein von allem Theoretisieren und Schablonisieren, weil stets Rücksicht auf Natur und Stadium der Krankheit genommen werden muß, auf Konstitution, Alter und Gewohnheit des Kranken[38]). Hippokrates ist der erste, der streng das Prinzip des Individualisierens verfolgt. Er verwirft mit Nachdruck eine sklavisch durchgeführte Diät und weist immer auf Gewohnheit und Individualität des Patienten im weitesten Sinne hin. In dieser Erkenntnis ereifert er sich oft. Sein Kampf gilt der Knidischen Schule, der er des öfteren vorwirft, daß sie

---

[34]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 83, „Die Aphorismen“, II, 51.
[35]) Baissette: l. c. S. 158.
[36]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 3, „Die Diät bei akuten Krankheiten“, Kap. IV.
[37]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 17 wie Ziffer 1, Kap. IIXL.
[38]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 13 u. S. 17, „Die Diät bei akuten Krankheiten“, Kap. XXVIII.

zu wenig Wert auf Diät lege, weil sie eine spitzfindige Symptomatologie triebe und den Allgemeinzustand des Patienten zu wenig beachte. Er nennt die, die durch Veränderung der Lebensweise heilen, die besten unter den Aerzten[39]).

Ueberblicken wir seine diätetischen Heilmittel insgesamt, so müssen wir feststellen, daß ihre Zahl nur sehr beschränkt ist. Aber wenn wir auch heute eine größere Skala von Krankennahrungsmitteln haben, die Art und Weise wie Hippokrates die Diät anwendet, seine individualisierende Methode, ist auch heute noch absolut vorbildlich. Und dieses Prinzipielle und damals Neue will er seinen Schülern, den Aerzten und Aerzteschulen in seinen Schriften immer und immer wieder einprägen. Denn Hippokrates sagt, daß auch den schlechten Aerzten die diätetischen Mittel bekannt seien, aber nicht die Art ihrer Anwendung. „Wenn nämlich einer Getreideschleimsaft, diesen oder jenen Wein und Honigmischtrank nennt, so kommt es den Leuten aus dem Volke so vor, als wenn die Aerzte, die guten wie die schlechten, genau dasselbe sagten. Damit verhält es sich aber nicht so, sondern in diesen Dingen sind zwischen beiden Gruppen sehr große Unterschiede vorhanden“[40]). Es herrsche unter den Aerzten keine Einigkeit in der Ansicht über den Wert der Diät. Und doch könne kein Zweifel bestehen, daß sie allen anderen Heilmitteln weit überlegen sei.

Vorschriften über die Ernährung des Kranken ziehen sich durch das ganze Corpus hippocraticum. Die wichtigsten Diätanweisungen hat uns Hippokrates aber für die Behandlung akut Fiebernder gegeben. Bei allen akuten Krankheiten läßt er die medikamentöse Behandlung vollkommen in den Hintergrund treten. Er will fiebernde Kranke allein durch eine „anfeuchtende Diät“, d. h. flüssige, wässerig-schleimige Getränke und Speisen, zur Heilung bringen. „Flüssige Diät ist allen Fiebernden zuträglich“[41]). Getreidemehle als Gerstenschleim (Ptisane), Hirsesuppe, Mehlbrühe oder Graupenabsud erfüllten die Forderungen, die er an eine Krankenkost stellte[42]). Sie sollte einerseits die Kräfte des Kranken möglichst erhalten, andererseits seinen geschwächten Organismus nicht zu sehr belasten. Sie müsse angenehm zu essen sein und leicht hinuntergleiten. Deswegen sei der durchgeseite Gerstenschleim am besten, und zwar solle er aus der besten Gerste hergestellt sein. Vielfache Beobachtung hatte Hippokrates von der guten Wirkungsweise vollkommen überzeugt. Wie recht er damit übrigens hatte, beweist die Tatsache, daß die Getreide-

---

[39]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 9, „Ueber die Kunst“, Kap. VI.
[40]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 3, „Die Diät bei akuten Krankheiten“, Kap. VI.
[41]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 72, „Die Aphorismen“, I, 16.
[42]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 5, „Die Diät bei akuten Krankheiten“, Kap. X.

mehlzubereitungen als Nahrung für Fiebernde bis heute ungeteilte Anerkennung besitzen.

Die Zubereitung der Ptisane aber[43]), so lehrte Hippokrates, müsse je nach dem Zweck, den sie verfolgen solle, eine verschiedene sein. Sollte der Kranke in erster Linie gekräftigt werden, so müsse sie konsistent, fett und mäßig gekocht sein. Das galt also vor allem für die Rekonvaleszenzzeit, als Uebergang zu festen Speisen. Wurde sie aber zum Zwecke der Purgierung gegeben, so sollte sie dünner sein, gut durchgekocht und eher süß als salzig. Denn die abführende Wirkung der Gerste wird häufig als heilsam gepriesen[44]). In verdünntem Zustande und kühl wurde die Ptisane auch als Getränk genossen.

Ausschlaggebend für die Art der Ernährung des Kranken war nach Hippokrates' Ueberzeugung ferner der Zeitpunkt und das Stadium der Krankheit. Im Beginn der Erkrankung könne noch reichlich Nahrung gegeben werden, damit der Körper genug Widerstandskraft zur Ueberwindung der Krankheit sammeln könnte. Es sollte möglichst bald mit Getreideschleim und Getränken begonnen werden[45]), doch nicht eher, bis sich die Speise der letzten Mahlzeit in den untersten Eingeweiden befände, da sonst eventuell Verschlimmerung eintreten könne[46]). Ueberhaupt sei es ratsam, den Körper vor Einsetzen der Diät gründlich zu entleeren und zu reinigen[47]). „Wenn man aber ohne daß eine Purgation erfolgt ist, Krankensuppen verabreicht, so wird man den Kranken umso mehr schädigen, je mehr man verabreicht“[48]).

Je näher die Krankheit ihrem Höhepunkt, der Krise, zuschritte, umso mehr müsse die Qualität und die Menge der Nahrung verringert werden, damit der Körper bei den durch die Krankheitssteigerung zunehmendem Kräfteverbrauch nicht auch noch schwere Verdauungsarbeit zu leisten hätte und somit überlastet wäre. Hat die Krankheit ihren höchsten Grad erreicht, so verordnet Hippokrates magerste Kost[49]). Denn alle Kraft des Organismus soll nun für die Ueberwindung der Krise bleiben. Nach der Krise solle man am besten noch 2 Tage Ptisane geben, um dann allmählich zu festerer Nahrung überzu-

---

[43]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 7, vergl. Ziff. 2: Kap. XV.

[44]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 317/319, „Die Diät II“, Kap. IV—VI! und Marcuse l. c. S. 46.

[45]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 11, „Die Diät bei akuten Krankheiten“, Kap. XXV.

[46]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 9, vergl. Ziff. 1, Kap. XIX.

[47]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 7, vergl. Ziff. 1, Kap. XVI.

[48]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 138, „Die Aphorismen“, VII, 67.

[49]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 9, vergl. Ziff. 1, Kap. XX.

gehen[50]). Eine vollständige Entziehung der Speisen bis zum Höhepunkt der Krankheit könne nützlich sein, aber nur, wenn der Patient kräftig genug sei, um die Krankheit trotzdem zu überwinden[51]), sonst könne man erheblich dadurch schaden. Denn darin bestehe ja einer der Hauptfehler der schlechten Aerzte, so sagt Hippokrates[52]), daß sie „gegen Beginn der Krankheiten die Menschen erst 2, 3 oder noch mehr Tage lang ausdörren und ihnen dann den Getreideschleim und die Getränke verabreichen". Dadurch wird der Körper so geschwächt, daß er der Krankheit nicht mehr genug Widerstand entgegensetzen kann.

Es ist aber auch gefährlich, im Beginn der Krankheit zu fasten und dann Krankensuppen und Krankengetränke zu sich zu nehmen. Das kann zum Exitus führen. Also sogar Getreideschleim kann schaden, wenn er zu unrechter Zeit gegeben wird. Doch seien im allgemeinen die Verstöße gegen die Diätregeln im Anfangsstadium, also in den ersten 4—5 Tagen der Krankheit nicht so schwerwiegend wie die späteren[53]).

Die Aerzte müssen also wissen, so führt Hipokrates aus[54]), wann sie fasten und wann sie Ptisane verordnen sollen, und haben ihren Patienten bezüglich ihrer Lebensweise genaueste Anweisung zu geben. Vor allem müssen die Aerzte die verschiedenen Ursachen der Schwächezustände des Kranken unterscheiden können. Denn es ist für die Behandlung nicht einerlei, ob der Körper durch Fasten oder durch Schmerzen und die akute Form der Krankheit geschwächt ist. Verordnet aber der Arzt im ersten Falle strenge Diät und Fasten, so macht er sich lächerlich, denn jeder Laie weiß, daß ein durch Fasten Geschwächter essen muß. Gibt er aber einem Kranken, dessen Schwäche von der Schmerzhaftigkeit und Schwere seiner Krankheit herrührt, reichlich Speise und Trank, so verschlimmert er das Leiden.

Die Zahl der Mahlzeiten müsse sich nach der Gewohnheit des Patienten richten. „Denen, welche gewohnt sind, zweimal täglich Mahlzeit zu halten, muß man zweimal davon (Getreideschleim) geben, denen hingegen, welche nur eine Mahlzeit zu halten gewohnt sind, einmal und zwar zur Zeit der ersten Mahlzeit .... Was aber die Menge anlangt, so genügt es, wenn man anfangs weder viel noch auch übermäßig dicken Getreideschleim verabreicht, sondern man gebe nur soviel, als

---

[50]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 6, „Die Diät bei akuten Krankheiten", Kap. XIII.

[51]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 17, vergl. Ziff. 1, Kap. IIXL.

[52]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 12, vergl. Ziff. 1, Kap. XXVI.

[53]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 18, vergl. Ziff 1, Kap. IXL.

[54]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 19/20, „Die Diät bei akuten Krankheiten", Kap. XXXXIII u. XXXXIV.

der Betreffende seiner Gewohnheit entsprechend in sich aufnehmen kann“[55]). Plötzliche Aenderung der Gewohnheiten könne schaden. Doch bedeutet der Uebergang von reichlicher zu geringerer Nahrung keine Schädigung, da ja der Körper des Kranken entsprechend auch von Bewegung zur Ruhe übergegangen sei[56]).

Ebenso wichtig wie die Speisen sind die **Getränke der Fieberkranken,** und zwar schätzt Hippokrates den Mischtrank, der sich von der Ptisane durch die Zutaten unterscheidet[57]), das Honigwasser und den Essighonig, eine Mischung aus Honig, Essig und Wasser, vor allen anderen, weil sie kräftiger und nährender sind als Wasser und Wein, und trotzdem kühlen und den Durst stillen. „Als Getränk aber hat man, wenn der Kranke keine Schmerzen hat, mit Essig gesäuerten Honigtrank zu verwenden, zur Winterszeit warmen, zur Sommerszeit kalten; wenn viel Durst vorhanden ist, wende man Honigmischtrank und Wasser an“[58]). Diese Getränke lindern außerdem den Husten, fördern den Auswurf und erleichtern die Atmung[59]). Urin- und Darmausscheidung würden durch diese Getränke angeregt, sagt Hippokrates weiter[60]), und sie bewirkten den Abgang galliger Massen nach unten. Solle die Krankenkost nur aus Essighonig bestehen, würden also keine festen Speisen gegeben, so dürfe man nur wenig Essig zusetzen, da dieser sonst die Darmwand zu sehr angriffe. Als Mittel zur Beförderung des Auswurfes müßte den Getränken reichlich Wasser zugesetzt werden.

In gewissen Fällen wendet Hippokrates auch Wein als Krankengetränk an, nämlich da, wo er wegen seiner urin- und stuhlabführenden Wirkung gut ist[61]). Mit Wasser verdünnt wirkt er auf die Blase und unverdünnt auf die Eingeweide. Aber bei Krankheiten mit Schwere im Kopf sei Wein zu meiden bzw. stark mit Wasser zu verdünnen. Man könne ihn auch zur Behandlung mancher Symptome verwenden: „Angstgefühl, Gähnen und Fieberschauer heilt Wein, zu gleichen Teilen mit Wasser versetzt“[62]).

Sehr vorsichtig ist Hippokrates bei der Verordnung von Milch. Er erkennt in ihr ein Nährmittel. Doch hält er sie für schäd-

[55]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 5, „Die Diät bei akuten Krankheiten“, Kap. XI.
[56]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 21, vergl. Ziff. 1, Kap. IIIL.
[57]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 319, „Die Diät II“, Kap. V.
[58]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 9, vergl. Ziff. 1, Kap. XIX.
[59]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 23, vergl. Ziff. 1, Kap. LIII.
[60]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 24, vergl. Ziff. 1, Kap. LIII.
[61]) Hippokrates: l. c. Bd. 3, S. 23, „Die Diät bei akuten Krankheiten“, Kap. LI.
[62]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 136, „Die Aphorismen“, VII, 56.

lich bei Kopfschmerzen, akutem Fieber, bei Durst und wenn Galle im Stuhl ist. Dagegen verordnet er sie für stark Abgemagerte, Schwindsüchtige und chronisch Fiebernde. Er sagt: „Hingegen ist von Nutzen, Schwindsüchtigen, welche nicht sehr fiebern, Milch zu verabreichen, nicht minder bei langen und schleichenden Fiebern“[63]). Milch- und Molkenkuren gehören zu den wenigen therapeutischen Maßnahmen, die uns Hippokrates gegen chronische Krankheiten in seinen Schriften mitgeteilt hat.

Sein Interesse gilt vor allem den akuten Krankheiten. Doch fehlt uns hier leider das Buch, in dem er für einzelne Krankheiten spezielle Ernährungsvorschriften gibt. Da er an anderen Stellen auf diese Schrift des öfteren hinweist, so ist anzunehmen, daß sie verloren gegangen ist. Sie enthielt gewiß manche wertvolle Ergänzung zu seiner allgemeinen Diätlehre.

Doch wichtiger als Einzelverordnungen und -anweisungen sind für die medizinische Nachwelt allgemeine Richtlinien und grundlegende Gesichtspunkte. Und diese sind es, die das Corpus Hippocraticum auch im Hinblick auf die Ernährungstherapie so wertvoll machen, mögen sie auch zum Teil nicht von Hippokrates selbst, sondern von seinen Schülern aufgezeichnet sein, so zeigen sie doch alle dieselbe hohe ärztliche Einstellung, zeugen von einer vertieften medizinischen Auffassung, von wahrhaft hippokratischem Geist.

---

[63]) Hippokrates: l. c. Bd. 1, S. 118, „Die Aphorismen“, V, 64.

Kapitel 4:

Die Ernährung in der nachhippokratischen Zeit bis Celsus.

Die breite und umfassende Basis, die Hippokrates der alten Heilkunst sofort im Beginn der Geschichte geschaffen hatte, war nicht etwa der Ausgangspunkt einer mehr oder weniger gradlinig aufsteigenden Entwickelung, wie man annehmen könnte. Jahrhundertelang wurde kein wesentlicher Schritt vorwärts getan, ja, die Heilkunde blieb zum Teil wieder weit hinter der hippokratischen Medizin zurück. Auch hier gilt Virchow's Wort: „Zu allen Zeiten sind der Entwickelung der Medizin hauptsächlich zwei Hindernisse entgegengetreten, die Autoritäten und die Systeme". (Gesammelte Abhandlung, Frankfurt a. Main, 1856, S. 30.)

Man versuchte zwar die Lehre des großen Koers aufrecht zu erhalten, sodaß das medizinische Altertum vorwiegend von Hippokrates beherrscht wurde, doch verfiel man dabei immer wieder in starre Dogmen und Systeme, sodaß die hippokratische Medizin nur in eingezwängter Form weiterlebte. Nur Einzelversönlichkeiten von überdurchschnittlichem Format vermochten hier und da die Medizin aus ihrer Enge auf ein höheres Niveau zu heben.

Der Grund für dieses Auf und Ab in der nachhippokratischen Zeit, für die Ausbildung der verschiedenen Schulen, Systeme und Dogmen, in die die Heilkunde gezwängt wurde, beruht nicht zum mindesten auf der Tatsache, daß das, was das Wesen der hippokratischen Medizin ausmacht, nicht ohne weiteres auf die medizinische Nachwelt übertragbar ist. Diese höchste Form klinischer Intuition, wie wir sie bei Hippokrates sehen, und dieser durch die Erfahrung geschulte Blick sind das Entscheidende für jede wirklich hochentwickelte Medizin. Doch diese Dinge sind auf die Dauer nicht lehrbar, lassen sich höchstens auf einen kleinen Kreis ausgewählter Aerztepersönlichkeiten direkt übertragen.

Die obigen Gesichtspunkte und Betrachtungen gelten auch für die Entwickelung der Ernährungstherapie. Die Diät des

Hippokrates wurde zwar im allgemeinen aufrecht erhalten, denn die Lehre von den Säften, die durch Nahrungsmittel vom Magen aus eine gleichmäßige Mischung erfahren müssen, sollte noch lange das Denken der Aerzte beherrschen. Doch drangen auch hier in die bewährten hippokratischen Erfahrungssätze Dogmen und Theorien, durch die die Diät hier und da ein neues Gepräge bekam. Wesentlich ausgebaut und befördert wurde sie jedoch nur durch Persönlichkeiten, die sich weitgehend von Schulen und Theorien freigemacht hatten und bei der Krankenbehandlung wieder primär von eigener Beobachtung und Erfahrung ausgingen.

Die Dogmatiker, die dem Vielerlei der hippokratischen Lehre eine allgemeine dogmatische Geltung geben wollten, arbeiteten in einer mehr oder weniger engen Anlehnung an den Hippokratismus. Besonders die sizilische Schule baute die Diätetik weiter aus, die aber im hygienisch geregelten Tage des Diokles von Karystos ihren prägnantesten Ausdruck gefunden hat[64]): Diokles gibt Vorschriften für jede Tagesstunde und hat eine Schrift über die Zubereitung der Speisen verfaßt, die von Oribasius überliefert wurde und in der er versucht, die Fähigkeiten der Nahrungsmittel nicht durch die äußeren Anzeichen, sondern durch Erfahrung kennen zu lernen.

Auch Philistion aus Lokroi, Chrysippos von Knidos und Praxagoras befaßten sich mit der Diät als einem wichtigen Teil der Therapie und vervollkommneten sie in besonderen Schriften. Doch wichen sie zum Teil von den Hippokratikern ab. Chrysippos z. B. untersagte Fiebernden das Trinken[65]). Er verwarf Aderlaß und Abführmittel, die bei Hippokrates noch eine große Rolle gespielt hatten, und suchte unter anderem statt dessen durch Entziehung von Speisen den Körper zu entlasten[66]). Praxagoras, ein Schüler des Diokles, ließ ebenfalls den Kranken aushungern und warnte vor plötzlicher Nahrungszufuhr, die auch anscheinend Genesenden den Tod bringen könne[67]).

In der Zeit der Dogmatiker wurde auch die Philosophie erneut für die Heilkunde von Bedeutung ähnlich wie vor Hippokrates die Naturphilosophie, weit weniger allerdings der Idealismus Platon's als der Realismus des Aristoteles. Speziell in der Erkenntnis der Ernährungsvorgänge, wie überhaupt in biologischen Fragen, wurde Aristoteles grundlegend und blieb es, bis seit Mitte des 18. Jahrhunderts die exakte Experimentalchemie ihren Aufschwung nahm. Bis

---

[64]) Neuburger-Pagel: l. c. S. 275.
[65]) Neuburger-Pagel: l. c. S. 272.
[66]) Marcuse: l. c. S. 17.
[67]) Neuburger-Pagel: l. c. S. 277.

dahin war kein Fortschritt möglich, da die Chemie lange Zeit in den Fesseln der Alchemie lag. Den biologischen Erkenntnissen des Aristoteles zufolge ist das Herz das Zentrum aller Funktionen. Hier wird auch die Nahrung, die zum Körperaufbau verwandt wird, mittels der Lebenswärme gekocht und so dem Organismus nutzbar gemacht. Jeder Nahrungsstoff wird dann ohne weiteres in die seiner bedürfenden Körperteile geschickt. Auch über die Art der Ernährung hat sich Aristoteles geäußert. So empfahl er zum Beispiel für das zarte Kindesalter milchreiche Nahrung und warnte vor Spirituosen, die dem kindlichen Organismus sehr schädlich wären[68]). Mäßigkeit im Essen und Trinken sei das oberste Gesetz der Gesundheit.

Aus dem Zeitalter der alexandrinischen Medizin ist Erasistratos der wesentlichste Förderer der Ernährungstherapie. Sein Zeitgenosse Herophilos legte dagegen den größten Wert auf die Pflege der Arzneimittelkunde und schenkte der Diät wenig Beachtung. Er nannte die Arznei geradezu die „Hände der Götter“[69]). Bei Celsus heißt es: „Besonders taten dies (das Anwenden von Arzneien) Herophilos und seine Jünger, und zwar in dem Maße, daß sie keine Krankheit ohne Arzneimittel behandelten“[70]). Dies Abrücken von den einfachen Verordnungen des Hippokratismus bei Herophilos ist wohl zum Teil auf den Einfluß seiner Bekanntschaft mit den Arzneischätzen des Orients, die der Handel ihm bot, zurückzuführen.

Die Therapie des Erasistratos dagegen zeichnete sich durch große Sorgfalt in Verordnung und Festsetzung des diätetischen Verhaltens und durch sorgfältiges Individualisieren aus. Die Bereitung der Speisen gab er selbst an. In seiner milden Therapie kommt neben den physikalischen Heilfaktoren die Diät voll zur Geltung. Besonders großen Wert legt er auf die diätetische Behandlung der Plethora, ein für Erasistratos sehr wichtiges Krankheitsbild. Er sieht in der Plethora eine Ueberfüllung der Venen mit Blut, die durch übermäßige Ernährung veranlaßt wird. Durch Plethora entstehen dann nach Erasistratos die verschiedensten Krankheitsbilder: Entzündungen, Lähmungen, Epilepsie, Pleuritis usw., da durch die Venenüberfüllung Störungen in den Bewegungen des lebenswichtigen Pneumas auftreten, das in den Arterien zirkuliert. Plethora ist vorwiegend durch Diät zu vertreiben. Fleisch, Fisch, Milch-, Graupen-, Mehlspeisen und Getränke

---

[68]) Marcuse: l. c. S. 8.

[69]) Pagel-Sudhoff: Gesch. d. Med., Berlin 1922, S. 88.

[70]) Aulus Cornelius Celsus: Ueber die Arzneiwissenschaft, hersg. v. Ed. Scheller, 2. Aufl., Braunschweig 1900, Buch 5, Vorrede S. 210.

sind verboten, dagegen ist Gemüse-, Frucht- und Brotkost erlaubt[71]). Außerdem muß jegliche Ausscheidung angeregt werden. Abführmittel sollen diätetischer Art und milde sein[72]). Fasten ist gut gegen Plethora und gegen Entzündung. Bei Fieber jedoch soll reichliche Nahrung den Kräfteverfall verhindern, denn die Enthaltung jeglicher Speisen kann Mord bedeuten[73]). Getreideschleim in allen Formen, die Hippokrates anempfohlen hat, bildet auch bei Erasistratos die Hauptnahrung bei fieberhaften Krankheiten. Beim Nachlassen des Fiebers hält er Honigwein für ein zweckmäßiges Getränk. Bei Celsus heißt es[74]): „Sehr richtig hat Erasistratos bemerkt, oft, wenn auch die inneren Teile keine Flüssigkeit forderten, verlangten dies der Mund und Schlund, und es gehöre nicht zur Behandlung, den Kranken zu quälen". An allem erkennen wir den direkten Einfluß der hippokratischen Ernährungstherapie.

Eine besondere Berücksichtigung der Diät finden wir bei Asklepiades. Seine atomistische Weltanschauung und mechanistische Auffassung des Lebens und der Krankheiten lassen ihn neue Gesichtspunkte in die Krankenbehandlung bringen. Ziel jeder Therapie war ihm Wiederherstellung der normalen Atombewegung. Neben mechanischen Maßnahmen wie Gymnastik, Massage, Bewegungskuren und hydrotherapeutischen Prozeduren diente ihm vor allem eine entsprechende Diät zur Erreichung dieses Zieles. Er wandte also das an, was man heute physikalisch-diätetische Therapie nennt, u. a. auch bestimmte Stoffwechselkuren, wie Fasten, Verbot des Fleischgenusses, z. B. bei Epilepsie, Wassertrinkkuren und Trockenkuren, d. h. methodische Verminderung des Getränkes. Doch führte er diese Maßnahmen oft in sehr extremem Grade durch. Vor allem Fieberkranke hat er mit seiner Diät sehr gequält. Celsus tadelt ihn später des öfteren wegen seiner strengen Verordnungen und nennt ihn den „Peiniger" der Kranken[75]).

Ohne Individualisierung wie sie früher die Hippokratiker, später die Methodiker übten, verwarf er die reichliche Nahrungszufuhr bei Beginn des Fiebers und die Lehre von den kritischen Tagen. Er ließ die Patienten im ersten Stadium ihres febrilen Leidens absolut hungern und dursten und gestattete nicht einmal, den Mund anzufeuchten. Außerdem entkräftete er sie durch Wachen und helles Licht. Am 4. Tage hingegen gestattete er üppige Mahlzeiten[76]).

---

[71]) Neuburger-Pagel: l. c. S. 304 (Bd. 1).
[72]) Marcuse: l. c. S. 18.
[73]) Neuburger-Pagel: l. c. Bd. 1, S. 304.
[74]) Celsus: Buch 3, Kap. 4, S. 115 (l. c.).
[75]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. IV, S. 114.
[76]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. IV, S. 115.

Auch sonst wandte er harte Maßnahmen an. Diarrhoe wollte er z. B. durch große Mengen kalten Wassers heilen, das der Kranke trinken mußte[77]. Gegen Rachenverschwärung flößte er den schärfsten Essig ein[78].

Energisch wandte sich Asklepiades gegen die Anwendung von medikamentösen Mitteln, da sie den Magen schädigten. Celsus sagt[79]: „Asklepiades verwarf nicht ohne Grund zum großen Teil den Gebrauch der Arzneimittel; und da seiner Ansicht nach fast alle Arzneimittel den Magen angreifen und einen schlechten Saft enthalten, so wandte er seine ganze Sorge auf die Anwendung zweckmäßiger Diät". Den maßlosen Gebrauch von Brechmitteln und Purgantien verwarf er ebenfalls[80].

Im allgemeinen war seine Diät kräftig und ernährend. Ein sehr wichtiges Heilmittel sah er im Wein, von dem er sehr oft Gebrauch machte, sodaß er von den Römern der „Weingeber" genannt wurde. „Asklepiades betrachtete den Wein als Panacee, der nicht einmal die Macht der Götter gleichkomme"[81]. Gewiß hat er damit reichen Anklang bei den Römern gefunden, deren Gunst er sich auch hiermit erwerben konnte.

---

77) Celsus: l. c. Buch IV, Kap. XXVI, S. 201.

78) Celsus: l. c. Buch IV, Kap. IX, S. 178.

79) Celsus: l. c. Buch V, Vorrede S. 210.

80) Celsus: l. c. Buch II, Kap. XII, 2, S. 88.

81) Neuburger-Pagel: Bd. 1, l. c. S. 327.

Kapitel 5:

Die Ernährungstherapie bei Celsus.

Celsus, der Vertreter der medizinischen Encyklopädie, der erste medizinische Schriftsteller, der die Geschichte der Medizin von den ältesten Zeiten bis zu seinem Jahrhundert zusammenhängend abgehandelt hat, ist gleichzeitig einer der wesentlichsten Lehrer der Diätetik. Selbst kein Arzt, ist er für die Geschichte der Heilkunde doch unsterblich geworden als Vermittler des Werkes eines Unbekannten, aber hochbedeutenden Arztes aus der Antike, zu dessen hoher ärztlicher Auffassung von der Krankenbehandlung auch eine große Wertschätzung der Ernährungstherapie gehört. Doch spüren wir, wie sehr Celsus selbst von diesem hohem medizinischen Geist durchdrungen ist, sodaß man den Eindruck hat, daß er uns die Ergebnisse eigener ärztlicher Erfahrung mitteilt, und nicht die eines Fremden. Celsus hat als erster die Heilkunde methodisch dargestellt und räumt dabei der Diätetik einen breiten Raum ein. Diätetik, Arzneikunde und Chirurgie sind die drei Teile, in die nach Celsus die Medizin zerfällt. Sein Werk baut er vorwiegend auf den Lehren des Hippokrates und Asklepiades auf, ohne es jedoch an eigener Kritik fehlen zu lassen. Besonders in diätetischen Dingen neigt er ganz hippokratischen Grundsätzen zu.

Die erste Hälfte seiner 8 Bücher „de medicina" enthält Abhandlungen über innere Krankheiten mit einer ausführlichen Ernährungstherapie. Voraus gehen gründliche und systematische Betrachtungen über die einzelnen Nahrungsmittel, eine Gruppierung nach ihren Eigenschaften.

Für Celsus gibt es keine absolute Regel für den Nutzen eines Nahrungsmittels. Die Speisen müssen nach den verschiedensten Gesichtspunkten beurteilt und angewandt werden: Nach ihrem Nahrungsgehalt, ob sie gute oder schlechte Säfte enthalten, ob sie milde, scharf, verdünnend, schleimverdickend, gut bekömmlich, blähend, erwärmend, abführend, urintreibend usw. sind. Gut bekömmliche Nahrungsmittel haben z. B. nicht immer einen guten Nahrungssaft und umgekehrt[82]).

---

[82]) Celsus: l. c. Buch II, Kap. XXV, S. 104.

Sehr verständig und mit viel Umsicht gibt er auch eine Diätetik für Gesunde als Gesunderhaltung im allgemeinen und als Prophylaxe für bestimmte Krankheiten. Im allgemeinen empfiehlt Celsus eine gemischte Nahrung aus Gemüse und Fleisch. Man soll so leben, wie es erfahrungsgemäß dem Menschen am besten bekommt. Celsus rät möglichst viel Abwechselung in der Lebenshaltung[83]). Jede Aenderung hat allmählich vor sich zu gehen. Im Essen und Trinken soll der Mensch Maß halten und Rücksicht nehmen auf Alter, Konstitution, Jahreszeit und die Art seiner körperlichen Betätigung[84]). Wir sehen, wie fest Celsus in hippokratischen Anschauungen wurzelt.

Mäßigkeit im Essen und Trinken fordert Celsus auch als Prophylaxe bei Seuchen, damit keine Verdauungsstörungen entstehen, die den Ausbruch der Krankheit begünstigen[85]). Bei jedem Auftreten von krankheitsverdächtigen Zeichen rät Celsus zu strenger Diät. Dadurch könne man einem Erkranken oft vorbeugen. So halte er bei drohender Krankheit Enthaltsamkeit, Wassergenuß und Ruhe mit anschließendem mäßigem Nahrungsgenuß für eine zweckmäßige und gute Prophylaxe[86]).

Maß, weise Beschränkung, Beachtung der Natur und Individualität der Krankheit zeichnen alle seine Verordnungen in der Krankenbehandlung aus. Wo es nur angeht, ist Celsus deshalb bestrebt, Arzneimittel durch Nahrungsmittel zu ersetzen. Vom Abführen sagt er z. B.: „Wer abführen will, bediene sich zuerst solcher Speisen und Weine, die dies befördern“[87]). Und: „Wo aber Fieber vorhanden ist, da ist es besser, zu diesem Zweyke nur Speisen und Getränke zu nehmen, die zugleich nahrhaft sind und den Leib weich machen. Bei einigen Arten von Krankheiten paßt eine Abführung durch Milch gut“[88]). Denn „die abführenden Arzneimittel greifen indessen meistens den Magen an. Ein zu heftiges oder zu häufiges Abführen schwächt“[89]). Bei jeder Krankenbehandlung steht für Celsus der Satz obenan: „Das beste Arzneimittel ist aber zur rechten Zeit dargereichte Nahrung“[90]).

Als Voraussetzung für die ernährungsdiätetische Behandlung fordert Celsus in erster Linie vom Arzt fleißige und häufige Beob-

---

[83]) Celsus: l. c. Buch I, Kap. I, 1, S. 34.
[84]) Celsus: l. c. Buch I, Kap. III, 1, S. 37.
[85]) Celsus: l. c. Buch I, Kap. X, S. 50.
[86]) Celsus: l. c. Buch II, Kap. II, S. 111.
[87]) Celsus: l. c. Buch I, Kap. III, 5, S. 42.
[88]) Celsus: l. c. Buch II, Kap. XII, 1, S. 88.
[89]) Celsus: l. c. Buch II, Kap. XII, 1, S. 88.
[90]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. IV, S. 115.

achtung des Kranken. Er soll nicht nur die Tage der Krankheit und die Anfälle zählen, sondern den Patienten und seine Anfälle selbst beobachten. Von Zeit zu Zeit soll er die Kräfte des Kranken prüfen. Nur dann kann er beurteilen, wann Speise zu reichen ist. „Denn es ist Pflicht des Arztes, den Kranken weder durch Uebermaß an Stoff zu beschweren, noch ihn durch Fasten zu schwächen". Und „aus der Schwäche erwächst die größte Gefahr"[91]).

Celsus verwirft alle Spitzfindigkeit über die Zeit von Essen und Trinken, insbesondere alles Schematisieren. Er lehnt auch das besondere Beachten der ungeraden Zahl, wie wir es bei Hippokrates finden und wie es das ganze Mittelalter mehr oder weniger beherrscht hat, ab. Es gibt keine feste Vorschrift in Bezug auf die Zeit. Allein maßgebend für die Art und den Zeitpunkt der Speisendarreichung ist die Beobachtung, ob die Krankheit im Wachstum, Stillstand oder in der Abnahme begriffen ist und ob die Krankheit akut oder chronisch verläuft[92]).

Bei akuten Krankheiten muß man erst spät, wenn die Krankheit zurückgeht, an gute Ernährung des Kranken denken, „damit das Fasten eben durch die Entziehung des Stoffes die Heftigkeit der Krankheit bricht". Bei chronischen Krankheiten muß die Ernährungsfrage von vornherein ins Auge gefaßt werden, „damit die Kranken während der noch bevorstehenden längeren Dauer der Krankheit aushalten können"[93]).

Für jede Art der Erkrankung ist die Ernährung von großer Bedeutung: „Hat eine Krankheit nicht im ganzen Körper, sondern nur in einem einzigen Teile ihren Sitz, so ist es doch besser, die Kräfte des Körpers überhaupt zu heben, als die Heilung eines einzelnen Teiles zu bewirken"[94]).

Die Ernährung bei den einzelnen Fieberarten führt er in hippokratischem Sinne genau aus. Mit Getränken ist er dabei im allgemeinen freigebiger als mit fester Nahrung, und auch diese reicht er in beinahe flüssigem Zustande[95]). In den ersten Tagen der Krankheit läßt Celsus die Nahrung meist sehr einschränken, bzw. läßt die Kranken fasten: „Beginnt eine Krankheit, so muß man sich der Speisen und Getränke gänzlich enthalten. Im weiteren Verlaufe der Krankheit wird dies dahin beschränkt, daß der Kranke nur dienliche Speisen und auch von diesen ja nicht zu viel zu sich nimmt, denn es ist nicht gut, nach vorhergegangenem Fasten sogleich bis zur Sättigung zu essen. Dies

[91]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. IV, S. 115 u. 116.
[92]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. II, S. 111.
[93]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. II, S. 111.
[94]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. II, S. 111.
[95]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. V—XVII, S. 118/137.

ist selbst gesunden Menschen, die aus irgend einem Grunde zu fasten gezwungen waren, nachteilig; um wieviel schädlicher ist es also für einen Kranken. Nichts bekommt einem Kranken besser als Fasten zur rechten Zeit“[96]). Doch vertragen Kinder und Greise das Fasten schlecht und müssen öfter Speise zu sich nehmen[97]). Auch alle anderen heftigen Mittel wie Aderlaß, Abführmittel, Weingenuß usw. verbietet Celsus für Kinder.

Die Nahrung soll bei den meisten Krankheiten nur mittelstarken Nahrungsstoff enthalten. Besonders für jede Art von Lungenerkrankung empfiehlt Celsus leichte Speisen: Suppen, Reis, Brot, rohe Eier, Wassermet[98]). Hier wird ebenso wie bei Hippokrates auch der Gerstengraupenschleim besonders empfohlen, der für alle Erkrankungen der Lunge und der Luftwege gut sein soll.

Von der Phthisis heißt es: „So lange leichtes Fieber vorhanden ist, behandele man dieses bald mit strenger Diät, bald mit passenden Speisen; auch darf während dieser Zeit nur Wasser getrunken werden. Auch Milch, welche bei Kopfschmerzen, sowie bei akuten Fiebern und dadurch verursachtem Durst, oder bei Anschwellung der Präcordien, oder galligem Urin oder Blutungen höchst nachteilig wirkt, kann bei der Phthisis, sowie bei allen langwierigen und schweren fieberhaften Krankheiten mit Vorteil gegeben werden“[99]).

Hervorragend sind Celsus' Verordnungen bei kachektischen Kranken. Sie zeugen von einem feinen und klugen ärztlichen Sinn. Ganz erschöpften Kranken gibt er Speisen, die allerschwächsten Nahrungsstoff enthalten, in kleinen Mengen, aber sehr oft, bei Tage und in der Nacht gereicht, „sodaß sie ernähren ohne zu belästigen“[100]). Als Kräftigungsmittel spielt dabei der Wein eine große Rolle. „Als letztes Mittel dient das Einspritzen des Schleimes von Gersten- oder Speltgraupen in den Mastdarm; denn auch dieses unterstützt die Kräfte“[101]). Celsus ist der erste, der Nährklistiere vorschlägt, die heute wieder mit Erfolg angewandt werden.

Auch bei der Behandlung von Geisteskranken und bei der Epilepsie hatte Celsus erkannt, wie wichtig es ist, die Diät und die Lebensweise zu regeln. Für die verschiedenen Formen des Irreseins verordnet er nach Abführung leichte Speisen von mittelstarkem Nährgehalt. Fettes Fleisch und Wein werden verboten. „Der Kranke darf weder zuviel

---

[96]) Celsus: l. c. Buch II, Kap. XVI, S. 94/5.
[97]) Celsus: l. c. Buch I, Kap. III, 9, S. 43.
[98]) Celsus: l. c. Buch IV, Kap. XIV, S. 178.
[99]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. XXII, S. 154.
[100]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. XIX, S. 144.
[101]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. XIX, S. 144.

zu sich nehmen, damit er nicht in Raserei verfällt, noch darf man ihn auch durch Hunger quälen, damit er nicht aus Schwäche in gänzliche Erschöpfung verfällt. Der Kranke muß wenig nahrhafte Speise genießen, besonders nur Suppen und zum Getränk Wassermet“[102]). Als Zwangsmittel kann eventuell Hunger dienen.

Von den Epileptikern heißt es, diese Kranken dürfen keine Suppen oder sonst weiche und leichte Speise, ferner kein Fleisch, am wenigsten das vom Schwein, bekommen, vielmehr Speisen von mittelmäßig starken Nahrungsstoffen; denn einerseits braucht der Kranke Kräfte und andererseits muß man auch wieder Verdauungsstörungen vermeiden“[103]). Wichtig ist es, die Speisen immer zur selben Zeit zu geben.

Kopfschmerzen, besonders wenn sie durch den Genuß von Wein oder durch Verdauungsstörungen entstanden sind, heilt Celsus durch Enthaltung von Speise und Trank und erlaubt höchstens, daß der Patient etwas Wasser trinkt[104]).

Strenges Dursten verordnet er bei der Behandlung von Wassersucht: „Zu Trinken muß nur so viel gereicht werden, als zum Fristen des Lebens gerade nötig ist. Am besten sind solche Getränke, die harntreibend wirken. Aber freilich ist es besser, dies durch passende Speisen zu erreichen als durch Arzneimittel“[105]).

Diese hohe Wertschätzung der Ernährungstherapie finden wir auch bei der Behandlung von Leber-, Milz-, Nieren-, Magen- und Darmkrankheiten.

Bei Nierenkrankheiten vermeidet Celsus alle gesalzenen und sauren, also reizenden Stoffe und setzt den Speisen diuretische Mittel zu[106]).

Bei Milzkranken verordnet Celsus dagegen saure und scharfe Dinge, wie Meerzwiebelessig, gesalzene Fische, in Essig eingemachte Gemüse usw. Süße Speisen, Milch und Käse sind verboten. Auch treibt Celsus hierbei eine Art Organtherapie, indem er Rindermilz empfiehlt[107]).

Bei Leberkrankheiten legt Celsus besonderen Wert darauf, daß die Speisen warm gereicht werden, im übrigen sollen sie leicht sein wie bei Lungenkrankheiten[108]).

---

[102]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. XVIII, S. 140/141.
[103]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. XXIII, S. 156.
[104]) Celsus: l. c. Buch IV, Kap. II, S. 168.
[105]) Celsus: l. c. Buch III, Kap. XXI, S. 148.
[106]) Celsus: l. c. Buch IV, Kap. XVII, S. 190.
[107]) Celsus: l. c. Buch IV, Kap. XVI, S. 189/90.
[108]) Celsus: l. c. Buch IV, Kap. XV, S. 188.

Von besonderer Gründlichkeit und fast modern sind Celsus' Angaben für die diätetische Behandlung der Magen-Darm-Erkrankungen. Bei schweren Durchfällen verordnet er zuerst äußerste Vorsicht in Essen, möglichste Ruhe und gar keine Speisen und Getränke. Dann nur geringe Mengen zusammenziehender Nahrungsmittel und solcher, die stockend wirken, eventuell auch etwas unvermischten herben Wein, der auch zusammenziehend wirkt. Die Hauptsache ist, daß die Speisen nicht reizend auf den Darm wirken; darum ist flüssige Kost, besonders Schleimsuppen, die beste. Als leichte Diät empfiehlt Celsus Brot in unvermischtem Wein gebrockt, Geflügel und Wein mit Regenwasser vermischt. Sehr kräftigend und gleichzeitig schonend für den Darm sind auch Brei mit Honig oder Weizen in Wein gekocht[109]).

Wein wird hauptsächlich zur Kräftigung gegeben, wenn die Verdauungsstörungen behoben sind. Er ersetzt gleichzeitig auch den hochgradigen Wasserverlust. „Dieser (der Wein) muß dünn, gewürzig und mit kaltem Wasser gemischt sein, oder man läßt ihn mit geröstetem Gerstenmehl oder mit Brocken von Brot — welches auch für sich allein zu nehmen ist — genießen“[110]).

Die Ansicht des Asklepiades, man müsse den Patienten bei Diarrhoen große Mengen sehr kalten Wassers reichen, bekämpft Celsus entschieden. „Ich bin der Meinung“, so sagt er darauf, „daß ein jeder nur durch an sich selbst gemachte Versuche sich bestimmen lassen muß, ob er lieber warm oder kalt trinken will“[111]). Hier sehen wir wieder einen wesentlichen Zug in der Therapie des Celsus, der echt hippokratisch ist: Die individualisierende Methode, de aus der Beobachtung am Krankenbett resultiert.

Für chronsche Obstipation gibt Celsus an: „Den Leib selbst muß man durch den Genuß von kalter Milch oder durch gesalzenen kalten Wein erweichen. Erlaubt es die Jahreszeit, so gebe man auch frische Feigen, doch gebe man nicht die ganze Quantität der Speisen auf einmal, sondern allmählich .... Blähende und scharfe Speisen sind von größerem Nutzen; daher kann man auch der Milch mit Vorteil geriebenen Knoblauch zusetzen“[112]).

Wir sehen, wie nahe Celsus mit seinen diätetischen Behandlungsmethoden der modernen Therapie kommt. Das zeigen uns auch seine Verordnungen bei Gicht. Vor allem soll der Patient hierbei reichlichen Alkoholgenuß und übermäßige Nahrung vermeiden. Außerdem wandte er harntreibende Mittel an, bzw. solche, die eine Durchspülung

---

[109]) Celsus: l. c. Buch IV, Kap. XXVI, S. 201.
[110]) Celsus: l. c. Buch IV, Kap. XVIII, S. 192.
[111]) Celsus: l. c. Buch IV, Kap. XXVI, S. 201.
[112]) Celsus: l. c. Buch IV, Kap. XIX, S. 193.

des Körpers, also eine Fortschwemmung der schwerlöslichen Harnsäure bedingen, u. a. ließ er zu diesem Zweck Trinkkuren mit Eselsmilch machen[113]).

Ueberblicken wir die therapeutischen Einzelmaßnahmen des Celsus im ganzen, so können wir zusammenfassend sagen, daß die medizinischen Abhandlungen des Celsus seit dem Zeitalter des Hippokratismus den ersten wesentlichen Fortschritt in die Geschichte der Ernährungstherapie gebracht haben. Aufbauend auf den allgemeinen ärztlichen Grundsätzen des Hippokrates, vom Geist seines großen Vorgängers durchdrungen, führt Celsus bei der Behandlung der einzelnen Krankheiten die Diät genau aus und läßt ihr für den Heilungsprozeß der verschiedenen Erkrankungen eine hervorragende Bedeutung zukommen.

Bei allen therapeutischen Maßnahmen aber ist er sich der Grenzen des ärztlichen Wirkens wohl bewußt. „Natur hat das meiste zu leisten"[114]), sagt er. Und: „Wenn die Natur nicht unterstützt, so richtet die Heilkunst nichts aus"[115]). Auch hierin sehen wir, daß Celsus ein würdiger Nachfolger des großen Koers ist.

---

113) Celsus: l. c. Buch IV, Kap. XXXII, S. 207/8.
114) Celsus: l. c. Buch II, Kap. VIII, S. 75.
115) Celsus: l. c. Buch III, Kap. I, S. 109.

Kapitel 6:

Die Ernährungstherapie bei Galen.

In der Reihe der antiken Aerzte, die sich um die Ausbildung der Ernährungstherapie bemüht haben, muß auch Galen genannt werden. In der diätetischen Therapie steht er auf rein hippokratischem Boden, während er sonst in seiner Wissenschaft ein mehr eklektisches Vorgehen zeigt. Er huldigt in der Therapie dem hippokratischen Grundsatz, daß der Arzt die Natur unterstützen müsse. Er ist wie Hippokrates Humoralpathologe und sieht eine der Hauptursachen in der Dyskrasie, die mit geeigneter Ernährung zu beeinflussen ist. Doch tritt sein Bestreben, durch Diät zu heilen, nicht so eindeutig in den Vordergrund, weil er auf der anderen Seite eine ungeheure Fülle von Arzneimitteln empfiehlt. Wesentlich Neues hat er nicht in der Ernährungstherapie gebracht. Wie die ganze antike Medizin, so hat er auch dieses Gebiet in eine einheitliche Form gegossen, sodaß auch hier seine formvollendeten und lückenlosen Darstellungen die Grundlagen für die meisten späteren Schriften über Diät bilden. Besonders wichtig sind in dieser Hinsicht seine drei Bücher: „de alimentorum fatultatibus" geworden. Da Galen ebenso wie Hippokrates durch die Krankenernährung vorwiegend auf die veränderten Körpersäfte einwirken will, so gibt seine Schrift „Ueber die säfteverdünnende Diät" einen wesentlichen Einblick in die Art seiner Ernährungstherapie.

Ihr liegt die Vorstellung zu Grunde, daß überall im Körper Humor vorhanden, dessen Eindickung Krankheiten verursacht und dessen Wiederflüssigmachung auf diätetischem Wege Nutzen bzw. Heilung schafft. Haupterfordernis für gesunde Speise sei, Blut zu erzeugen, das nicht zähe, weder besonders dick, noch besonders dünn ist[116]). Galen sagt, daß „die meisten chronischen Krankheiten eine säftever-

---

[116]) Galens Schrift „Ueber die säfteverdünnende Diät", übersetzt von W. Frieböes und F. W. Kobert, Breslau 1903, § 71.

[117]) Galen: l. c. § 1.

dünnende Diät erfordern, sodaß sie oft allein durch eine solche geheilt werden können und weiter keines Arzneimittels bedürfen“[117]). Bei Nierenentzündung, Gicht, Asthma, Milz-, Leberleiden und Epilepsie sei eine richtig gewählte Diät von großem Nutzen, könne eventuell sogar Besserung herbeiführen[118]).

Wichtig sei vor allem, daß der Arzt die Leitung der Diät in der Hand behalte, sonst könnten bei falschem Gebrauch leicht schlechte Säfte entstehen[119]).

Die säfteverdünnenden Nahrungsmittel lassen sich schon äußerlich durch Geruch und Geschmack erkennen. Beide sind sehr intensiv. Außerdem sind diese Stoffe meist urintreibend[120]).

Zu den säfteverdünnenden Gewächsen gehören z. B. Knoblauch, Zwiebel, Kresse, Porree und Senf[121]). Diese werden zur Verdünnung des Darminhaltes an Mehlsuppen getan[122]). Weizen selbst ist keine verdünnende Speise, sondern erzeugt zähe und dünne Säfte[123]). Zubereitung mit Weinessig und Salz verstärkt die verdauungsbefördernde Wirkung mancher Substanzen[124]). Schweinefleisch wird deshalb eingesalzen, Gemüse usw. in Weinessig eingelegt. Auch Honig und weiße dünne Weine zersetzen die dicken Säfte[125]). So werden z. B. chronische Lungenleiden durch Wein gebessert. Denn durch die Säfteverdünnung wird der Auswurf erleichtert, während durch Austrocknen Blutgefäße platzen können[126]). Doch hält G a l e n den Wein bei Leber- und Milzvergrößerung für schädlich. Während Milch und besonders Käse sehr verdickend sind, führt die Molken der Milch ab und ist säfteverdünnend. „Darum ist es angemessen, sie in gewissen Zwischenräumen häufig zu gebrauchen“[127]). Jede übermäßige Süßigkeit ist für entzündete oder verhärtete Eingeweide schädlich und darf in diesen Fällen nicht gegeben werden. „Selbst nicht der Honig, der doch eine zersetzende Wirkung ausübt, sondern auch bei diesem mäßigt man die übermäßige Süßigkeit durch Beimischung von Weinessig. Und so hat man denn schließlich, wenn man vermittels der Theorie und Praxis forscht, als

---

[118]) Galen: l. c. § 2.
[119]) Galen: l. c. § 6.
[120]) Galen: l. c. § 4.
[121]) Galen: l. c. § 7.
[122]) Galen: l. c. § 21.
[123]) Galen: l. c. § 31.
[124]) Galen: l. c. § 19.
[125]) Galen: l. c. §§ 87, 93.
[126]) Galen: l. c. § 96.
[127]) Galen: l. c. § 114.

brauchbarstes Nahrungsmittel bei der verdünnenden Diät den Essighonig"[128]).

Wir sehen, wie Galen bemüht ist, alterprobte Heilfaktoren in der Krankenernährung theoretisch in ihrer Wirkung zu ergründen und in ein bestimmtes System einzuordnen. Die Einteilung der Nahrungsmittel in säfteverdünnende und säfteverdickende führt er streng durch. Doch war sein Hang zum Systematisieren nicht immer zum Vorteil für die Heilkunst. An die Stelle des auf Tatsachen sich stützenden Geistes echter Forschung setzte Galen den Geist des Dogmas und zerstörte damit die wissenschaftliche Einheit, die die hippokratische Medizin herbeigeführt hatte.

[128]) Galen: l. c. § 111.

Kapitel 7:

Die Ernährungstherapie bei Soranus.

Bevor ich zu Aretaios, dem größten Therapeuten des Altertums komme, muß ich noch eines der berühmtesten Aerzte der Antike gedenken, der als hervorragendster Vertreter der methodischen Sekte diese zur Vollendung gebracht hat. Es ist Soranus von Ephesus. Die Kenntnis seines Werkes verdanken wir Caelius Aurelianus, der diese Anschauungen der methodischen Schule, wie sie auf dem Höhepunkte ihrer Entwickelung waren, ins Lateinische übertragen hat, dessen Werk uns dadurch eine außerordentlich reichhaltige Quelle bietet und uns zeigt, welch große Bedeutung die Ernährungstherapie auch bei Soranus hatte.

Klare Gesichtspunkte allgemeiner Art beherrschen ihn bei der Verordnung der Diät: Es ist zu berücksichtigen, ob die Krankheit akut oder chronisch ist, ob die Diät zur Erhaltung bzw. der Erlangung der Körperkräfte oder zu Heilzwecken dienen soll, ob ein Zustand abnormer Spannung oder Erschlaffung im Körper vorherrscht. Je nach Krankheitsstadium soll Enthaltung der Nahrungsaufnahme („abstinentia"), einfache Kost („cibus simplex"), mittlere („cibus medius") oder abwechslungsreiche Kost („cibus varius") verordnet werden[129]. Auch auf die Individualität des Patienten, z. B. auf seinen Widerwillen gegen gewisse Speisen, soll Rücksicht genommen werden.

Für die akuten Krankheiten hat Soranus außerordentlich klare und vernünftige Vorschriften gegeben. Für den Beginn der Krankheit verordnet er möglichst weitgehende Enthaltsamkeit von Speise und Trank. Nur etwas Wasser bzw. Wasser mit Honig erlaubt er und Speisen nur, wenn die Körperkräfte sie dringend fordern. Drei Tage lang soll im allgemeinen diese „Abstinenz" durchgeführt werden. Doch ist auch hier die Art der Erkrankung ausschlaggebend.

Ist die Krankheit dann im Anstieg begriffen, so wird die sogenannte einfache Kost, „cibus simplex", verordnet. Das ist leichte flüssige Kost

---

[129]) Meyer-Steineg, Das medizinische System der Methodiker, Jena 1916, S. 88.

in geringen Mengen, die außerdem etwas abführend wirkt. Den Hauptbestandteil dieser Diät bilden Getreidemehlsuppen, die aber trotz aller Vorsicht möglichst abwechselungsreich zubereitet werden sollen, z. B. mit Honig, Dill oder Salz. Besteht Widerwillen gegen Suppen, so kann auch Brei aus den betreffenden Mehlsorten gegeben werden oder in warmem Wasser eingeweichtes Brot, sowie rohe oder weich gekochte Eier. Doch muß immer beachtet werden, ob ein status strictus oder laxus vorherrscht. So darf z. B. beim status strictus Reis wegen seiner zusammenziehenden Wirkung nicht gegeben werden.

Auf dem Höhepunkt der Krankheit soll der Patient möglichst nur jeden zweiten Tag Speisen bekommen, wenn es sein Kräftezustand irgend zuläßt. Dann soll man allmählich zu kräftigerer und reichlicherer Diät übergehen, dadurch, daß man die „einfache Speise“ abwechslungsreicher und weniger flüssig zubereitet und in größeren Mengen reicht. Dadurch erfolgt allmählich der Uebergang zur „mittleren Kost“, die darin besteht, daß neben die Breikost festere Speisen treten, wie fettarme Fische, Gehirn, milde Gemüse. Die Menge der Speisen soll sich nach ihrem Nährwert richten, „sodaß, wenn man viel gibt, dieses weniger Nährwert haben darf, wenn man aber wenig gibt, der Nährwert größer sein soll“[130]). Am bekömmlichsten für den Patienten sind jedoch häufige, aber kleine Mahlzeiten.

Weiterhin darf leicht verdauliches Geflügelfleisch gegeben werden, gekocht oder mäßig gebraten. Auch Füße, Maul und Ohren von Säugetieren sind gestattet. Es soll gekocht und mit Oel, Wasser, Dill und Salz weiter hergerichtet werden. Dazu darf etwas leichtes Obst, roh oder gekocht, gegeben werden.

Später bekommt der Kranke auch derberes Fleisch, aber möglichst von muskulösen, fettarmen Tieren; an Gemüsen außerdem Endivie, Wegerich und Spargel. Erst am Schluß des Krankheitsprozesses wird Wein gegeben.

Für chronische Krankheiten werden ähnliche Steigerungen in der Diät verordnet wie für akute. Nur sind sie für jede einzelne Phase der Krankheit anzuwenden, während für die Intervalle besondere diätetische Vorschriften gelten mit dem Grundsatz: 1. die Körperkräfte zu heben, 2. durch „Umstimmung“ des Organismus zu heilen. Hierfür dienen besondere „Kuren“, bei denen die Diät die physikalisch-diätetischen Vorschriften, z. B. Wasserbehandlung und Bewegung, kombiniert wird. Diese Stoffwechselkuren, die oft mehrmals hintereinander angewandt wurden, waren ein wichtiges Mittel in der Behandlung der chronischen Krankheiten bei den Methodikern.

---

130) Meyer-Steineg: l. c. S. 90.

Kapitel 8:

Die Ernährungstherapie bei Aretaios.

Der wahrhaft hippokratische Geist wurde im Altertum noch einmal gestaltet durch einen der größten Therapeuten der alten Welt, durch Aretaios von Kappadozien. Groß im Auffassen der Natur, einfach im Handeln, finden wir bei ihm nirgends eine Spur systematischen Zwanges. Einfach sind seine Naturweisheiten. Ueberall in seinen Schriften strömt uns der wahrhaft praktische Geist ärztlicher Beobachtung und Handlungsweise entgegen. Echt hippokratisch, ist er mehr mit Erkenntnis, Unterscheidung und Heilung der Krankheiten beschäftigt als mit theoretischen Untersuchungen. Seine Krankheitsgemälde sind lebhaft, naturgetreu, meist fast unübertroffen und für alle Zeiten gültig. Klare Erkenntnis des Rechten führt Aretaios zu einer einfachen Durchführung des Bezweckten, zu einer einfachen und ungemein nüchternen Heilart, die in den Vordergrund der Therapie die Nahrungsmittel als Heilsubstanz stellt und ihre Wichtigkeit bei allen Krankheiten betont. Nichts geht über die Sorgfalt, mit der Aretaios das diätetische Verhalten in wichtigen Krankheiten vorschreibt. Und trotzdem beobachtet er in der vielseitigen Berücksichtigung des krankhaften Zustandes die größte Einfachheit, die Therapie bleibt stets naturgemäß.

Als allgemeine Krankendiät können die Vorschriften gelten, die Aretaios für Krankheiten des Kopfes, sowie für alle schmerzhaften Krankheiten gibt. Nur leichte dünne Speisen soll der Kranke zu sich nehmen. „Jede Ueberfüllung, auch die mit sonst ganz zuträglichen Substanzen, ist nachteilig; noch nachteiliger ist aber Nüchternheit“[131]). „Der Kranke trinke wenig und nur Wasser, namentlich vor der Anwendung irgend eines Arzneimittels. Scharfe Speisen, wie Zwiebeln, Knoblauch müssen total vermieden werden“[132]). Hülsenfrüchte sollen nicht zur Krankenkost gehören. „Gereinigte Perlgraupen mit Wein und soviel Honig gemischt, als zur Süßigkeit erforderlich ist, sind eine angenehme Speise, ebenso eine aus ihnen bereitete Suppe; auch kann man Perlgraupen einfachen Brühen zusetzen“. Das Fleisch, das dem Kranken gereicht wird, soll möglichst frisch und fettlos sein. „Was das Fleisch betrifft, so wird alles Alte schlecht vertragen; von frischge-

---

[131]) Aretaeus, Schriften des, übersetzt von A. Mann, S. 195, Halle, 1858. Therapie der chron. Krankheiten, Buch I, Kap. II.

[132]) Aretaeus: l. c. vergl. Ziff. 1.

schlachteten Tieren, sind Hähnchen eine passende Speise ... Rinder- und Hammelfleisch aber machen das Blut dick und den Kopf voll". Von Gemüsen sind die für den Kranken gut, die auf Urin- und Darmkanal wirken: Malven, Spargel, Kohl, Salat. Reife Früchte empfiehlt Aretaios sehr, während er Leckereien für schädlich hält. „Alle Leckereien, wie man sie gewöhnlich zum Nachtisch genießt, machen Kopfschmerzen"[133]).

Aufbauend auf dieser allgemeinenKrankenkost gibt Aretaios die Diät für die einzelnen Krankheitsbilder in allen Einzelheiten an, denn die Heilung soll ja in erster Linie durch die Speisen bewirkt werden. „Die Nahrung soll gleichzeitig als Medikament dienen und das Medikament in der Nahrung gereicht werden"[134]).

Als Beispiel für die Gründlichkeit seiner Ernährungstherapie sei die Behandlung der Pleuritis angeführt[135]). Vor allem anderen empfiehlt Aretaios, echt hippokratisch, bei der Pleuritis die Ptisane. Anfangs sei nur durchgeseihter Ptisanenrahm zu reichen, dem man nur Honig zusetzt. Dieser Rahm „durchfeuchtet und erwärmt den Körper und besitzt die Kraft, den Schleim zu lösen und einzuhüllen, sowie auch den Auswurf von allem, was herausgebracht werden muß, zu erleichtern und zu befördern; auch wird dadurch der Stuhlgang in Ordnung gehalten". Für den Patienten ist dieses Getränk angenehm zu nehmen und mildert den Husten. Gut, wenn auch nicht ebenbürtig, ist Perlgruppenschleim. Auch empfiehlt Aretaios, „trockenes, gestoßenes Brot, das man durchsiebt und etwas erwärmt hat; dann ist es leicht verdaulich und gibt mit Honig gemischt hinreichende Nahrung".

Aretaios weiß aber auch, daß es wichtig ist, dem Kranken Abwechselung in die Ernährung zu bringen und beugt der Abneigung gegen die eine lange Zeit hindurch gegebene Ptisane, die aber doch so nützlich und heilsam ist, dadurch vor, daß er sie mit den verschiedensten Zusätzen kochen läßt, die ihr immer wieder einen anderen Geschmack geben. Er sagt: „Hat die Krankheit schon längere Zeit gedauert und empfindet der Kranke Widerwillen gegen die Speisen, so reiche man ihm eine feine, gut gekochte Gerstenptisane, die man mit Dill und Salz gewürzt und mit dünnem reinen Oel, was nicht zähe und kratzig sein darf, gemischt hat". Andere Zusatzmöglichkeiten sind Zwiebeln, bittere Mandeln usw.

Im weiteren Verlauf der Krankheit kann man dem Patienten auch Eier geben, und zwar empfiehlt Aretaios eben gelegte Eier, die noch warm sind. Bei reichlichem, wässerigem Auswurf bestreue man sie mit etwas Natron und natürlichem Schwefel. Auch leichte Fleischspeisen

---

133) Aretaeus: l. c. Therapie der chron. Krankheiten, Buch I, Kap. II, S. 195.
134) Aretaeus: l. c. Ther. d. akut. Krankheiten, Buch I, Kap. X, S. 153.
135) Aretaeus: vergl. Ziff. 2, S. 153/155.

dürfen gegessen werden, wie gekochte Tauben und Hühner oder Schweinebraten und, wenn der Atem freier geworden ist, auch Fische. Früchte sollen als Appetitanregung dienen, z. B. Aepfel in Wasser oder Honiggemisch gekocht oder in Fett gebraten. Man muß sie aber schälen und auch alles Rauhe im Inneren samt den Kernen herausnehmen“.

So einfach und naturgemäß wie bei der Pleuritis ist Aretaios’ Ernährungstherapie bei allen Krankheiten.

Bei heftigem Blutauswurf verordnet er eine trockene Diät, die adstringierend und kühlend wirken soll: „Gereinigte Perlgraupen, Reis in einem Essiggemisch oder, wenn der Essig Husten verursachen sollte, eine Dattelabkochung, geröstetes, trockenes Brot, das man zerstoßen und durchgesiebt hat. Alles dies mache man mit Oel zu einem schleimigen Getränk und streue darauf etwas gesalzenes Pfefferkraut“[136]. Schwer verdauliche unangenehme Speisen soll man zur Blutstillung nur geben, wenn Gefahr droht, so z. B. eingedicktes, kaltes Linsendekokt mit gepulverten Galläpfeln oder gekochte Eier mit Granatäpfelschalen oder Galläpfeln. „Auf diese Weise verbindet man immer die Medikamente mit den Nahrungsmitteln, ... man muß aber im Austrocknen und Verdicken Maß halten, denn sonst wird Husten erregt; bei einigen platzen sogar infolge von zu starker Austrocknung die Venen“.

Die Fieberdiät des Aretaios gleicht im wesentlichen der des Hippokrates. Ptisanenrahm hat in jeder Beziehung den Vorzug. „An den kritischen Tagen aber und schon kurze Zeit vorher reiche man gar keine Speisen. Zieht sich indessen die Krankheit in die Länge, so darf man den Kranken nicht ganz ohne Nahrung lassen, sondern muß ihm mehr Speisen geben, damit er nicht zu sehr von Kräften komme“[137].

Wesentlich ist, daß Aretaios den reichlichen Gebrauch von Milch als Nahrungs- und Heilmittel einführte. Er gab sie bei allen Verfallszuständen, vor allem aber bei der Phthisis. Er sagt von ihr: „Die Milch ist ja lieblich zu nehmen, leicht zu trinken, gibt hinreichende Nahrung und ist von Kindheit an ein gewohnterer Genuß als alle andere Speise; ihrer Farbe wegen ist sie auch für das Auge angenehm, außerdem besitzt sie aber auch Heilkräfte, indem sie die Heiserkeit beseitigt, die Luftröhre erweitert, den Schleim abführt, den Atem freier macht und sanft in die unteren Teile hinabgleitet; auch auf die Geschwüre übt sie einen heilsamen Einfluß aus und ist milder als alle anderen Mittel. Wenn jemand viel davon trinkt, so bedarf er gar keiner anderen Nahrung. In der Krankheit ist die Milch ebenso gut ein gutes Arznei- als auch Nahrungsmittel, denn die Völker, welche von

[136]) Aretaeus: l. c. Ther. d. akut. Krankheiten, Buch II, Kap. II, S. 161.
[137]) Aretaeus: l. c. Ther. d. akut. Krankheiten Buch I, Kap. I, S. 126.

Milch leben, genießen gar keine Mehlspeisen“[138]). Diabetiker sollen ihren Durst außer mit Fruchtsaft und herbem Wein auch mit Milch stillen[139]).

Bei Nierenkrankheiten läßt Aretaios Eselsmilch trinken wegen ihrer diuretischen Wirkung[140]). Urintreibende Speisen gibt er auch bei akuten Leberkrankheiten. „Die Nahrung sei dünn, flüssig, urintreibend und leicht resorbierbar. Es eignen sich also dazu: Perlgraupen mit Honig, und Suppen davon mit Salz und Dill; ferner dicken Ptisanenrahm, der etwas abführt und noch kräftiger auf die Diurese wirkt, wenn man etwas Möhrensamen zutut“[141]).

Wie unbelastet Aretaios von theoretischen Vorstellungen ist und wie für ihn allein das Wohl des Patienten und dessen Individualität im Vordergrund seines Interesses stehen, zeigt die Art und Weise, wie er bei chronischer Verdauungsschwäche und Abmagerung vorgeht. Er weiß, daß die Appetitlosigkeit, die aus dem Aufzwängen einer strengen Diät entstehen würde, den Zustand nur verschlimmerte. „Weit wichtiger ist es, solchen Kranken jeden Willen zu tun, sie alles nach ihrem Belieben machen zu lassen und ihren Wünschen immer nachzugeben, soweit es ihnen nicht erheblichen Schaden bringt; denn so verfährt man am besten, selbst wenn ihre Begierde auf etwas nicht sehr Dienliches gerichtet wäre“[142]).

Alle Verordnungen sind bei Aretaios auf Erfahrung gestützt. Das gibt seiner Therapie eine große Einheitlichkeit und Naturhaftigkeit, die in der großen Rolle, die die Ernährung des Kranken spielt, ihren schönsten Ausdruck gefunden hat. Doch hat der imponierende und augenfällige dogmatische Geist eines Galen es besser verstanden, die folgenden Jahrhunderte zu beherrschen als das feine, an Hippokrates geschulte Arzttum des Aretaios.

Mit Aretaios und Soranus sind die selbständigen Bearbeiter der Griechenmedizin auf ihren Höhepunkt gelangt. Nach ihnen folgt eine Periode von Aerzten, welche von den großen Kenntnissen ihrer Vorgänger Nutzen zogen, die aber keinerlei eigene Gedanken hervorbrachten. Wenn diese Aerzte, von denen ich hier Paulos von Aegina, Oreibasios, Alexander von Tralles als die bedeutendsten anführe, auch als Uebermittler alten Gutes in Hinsicht auf die Heilkunde von großem Werte sind, so können sie doch an dieser Stelle übergangen werden, weil sie Neues in bezug auf Diätbehandlung nicht gebracht haben.

---

138) Aretaeus: l. c. Ther. d. chron. Krankheiten, Buch I, Kap. VIII, S. 209/210.
139) Aretaeus: l. c. Therapie d. chron. Krankh., Buch II, Kap. II, S. 215.
140) Aretaeus: l. c. Ther. d. akut. Krankh., Buch II, Kap. VIII, S. 183.
141) Aretaeus: l. c. vergl. Ziff. 2, Kap. VI, S. 179.
142) Aretaeus: l. c. Ther. d. chron. Krankh., Buch II, Kap. VI, S. 218.

Schluß.

Auch das ganze Mittelalter brachte nichts wesentlich Neues auf dem Gebiet der Ernährungstherapie. Wohl bemühte man sich hier und da um die Ausbildung der Diät. Es mag auch wohl dieser oder jener Name besonders hervorgehoben werden.

So pflegten z. B. die arabischen Aerzte die Diätetik besonders. Avicenna baute die Ernährung der Schwindsüchtigen weiter aus, betonte den Wert der Milchkuren, der Molken und des Eigelbs in der Krankenkost und führte erstmalig das Zuckerwasser ein. Doch blieb auch die arabische Diätetik auf dem Boden der Griechenlehre.

Auch der Schule von Salerno gelang es nicht, die Ernährungstherapie wesentlich zu fördern. Und als mit dem 14. Jahrhundert die Medizin ins Fahrwasser der scholastischen Philosophie geriet, ging es vollends abwärts mit der Diät.

In der neueren Zeit hob vor allem Thomas Sydenham, der englische Hippokrates, die Diät wieder zu einer gewissen Höhe und zeigte in seiner Ernährungstherapie eine individualisierende Methode mit Rücksicht auf die Natur der Krankheit, Kräftezustand, Konstitution oder etwaige Gelüste des Patienten. Wie bei Hippokrates herrschen in seiner Therapie Einfachheit und Milde vor. Doch fanden seine Lehren keinen nachhaltigen Anklang. Schon sein Schüler Boerhaave geriet wieder durch theoretische Spekulation auf böse Abwege.

Sehr gefährlich war dann die Lehre des Schotten J. Brown, der jede Naturheilkraft leugnete und alle Krankheiten in ein theoretisches System zwängte. Für die meisten fieberhaften Leiden verordnete er stark entziehende Wassersuppendiät, weil er als Grundlage der Behandlung die Verminderung der Reize ansah; denn das Fieber gehörte seiner Theorie nach zu den sthenischen Krankheiten, die durch Schwächung des Patienten behoben werden könnten. Seine Lehren fanden vor allem in Deutschland große Verbreitung.

Auch der Antiphlogistiker Broussais verordnete streng entziehende, an Hungerkuren streifende Diät, um die Entzündung, die das Wesen aller pathologischen Veränderung sei, zu vermindern.

Der irländische Arzt Graves stellte sich zum ersten Male gegen diese irrigen Maßnahmen. Er wies darauf hin, daß das Entziehungssystem schwere Gefahren in sich berge. Der Patient müsse soweit ernährt werden, wie es der Zustand seines Verdauungsvermögens irgend zulasse. Diese Anschauung wurde später verstärkt durch die Erkenntnis, daß der Stoffwechsel bei fieberhaften Krankheiten wesentlich gesteigert wird.

Was die Neuzeit dann bis weit in die zweite Hälfte des 19. Jahrhunderts dazu getan hat, ist größtenteils von nur geringem Belang. Dann aber wurde die Ernährungstherapie, fußend auf den Ergebnissen der Chemie und Physiologie, in einem neuen Lichte gestaltet, auf einer breiten wissenschaftlichen Basis aufgebaut, mehr und mehr in den Vordergrund des therapeutischen Interesses gerückt und zu einem so unentbehrlichen, spezialisierten und entwickelungsfähigen Gebiet der Heilkunde ausgebaut, daß die Geschichte dieses Zweiges der Medizin ihren Abschluß wohl noch lange nicht gefunden haben wird.

Literaturverzeichnis.

Aretaeos, Schriften des, übersetzt von A. Mann, Jena 1858.

Baisette, Gaston: Leben und Lehre des Hippokrates, Stuttgart-Leipzig, 1932.

Celsus, A. Corn.: Ueber die Arzneiwissenschaft, übersetzt von Scheller, Braunschweig 1906.

Darmstädter, Ernst: Ptisane, Archeion, Vol. XV, Roma 1933.

Diepgen: Geschichte der Medizin, 1. Bd., 2. Aufl. Berlin-Leipzig 1923.

Galen: Ueber die säfteverdünnende Diät, übersetzt von W. Frieboes und F. W. Kobert, Breslau 1903.

Hippokrates: Sämtliche Werke, übersetzt von Robert Fuchs, 3 Bde., München 1895, 1897, 1900.

Lichtenfeld: Die Geschichte der Ernährung. Berlin 1913.

Marcuse: Diätetik im Altertum. Stuttgart 1899.

Meyer-Steineg, Th.: Das medizinische System der Methodiker. Jena 1916.

Meyer-Steineg, Th. u. Sudhof, Karl: Geschichte der Medizin im Ueberblick. Jena 1921.

Munck-Uffelmann: Die Ernährung des gesunden und kranken Menschen. Wien u. Leipzig 1891.

Neuburger, Max u. Pagel, Jul.: Handbuch der Geschichte der Medizin, 1. Bd. Jena 1902.

Sudhoff, Karl: Kurzes Handbuch der Geschichte der Medizin. Berlin 1922.

Schwalbe, Ernst: Vorlesungen über Geschichte der Medizin, 2. Aufl. Jena 1909.

Lebenslauf.

Am 16. 11. 1905 wurde ich in Diebrock bei Herford als Tochter des Lehrers Karl Dustmann und seiner Ehefrau Luise, geb. Raabe, geboren.

Ich besuchte das Lyceum in Herford und machte 1929 auf dem Oberlyceum in Hannover Abitur.

Meine vorklinischen Semester verbrachte ich in München, Göttingen, Hamburg. 1931 bestand ich in Hamburg das Physikum.

Klinisch studierte ich in Berlin und Düsseldorf, wo ich im Herbst 1934 das Staatsexamen abgelegt habe.

Ich danke an dieser Stelle Herrn Professor Dr. W. Haberling für die Zuweisung, Förderung und Durchsicht dieser Arbeit.